Hauswirtſchaftslehre

Sämtliche im Werke enthaltenen Bilder ſind Eigentum des Verlages Peter & Co., München, und kann das Reproduktionsrecht nur mit deſſen Genehmigung erteilt werden außer den zwei mediziniſchen Tafeln des Verlages Lehmann.

Copyright by Verlag Peter & Co., München

Druck: Kunſt im Druck · Obpacher AG, München

1285

Mitarbeiter

Brendl Auguſte	Wirtſchaftsoberlehrerin an der Städt. Frauenſchule „Prinzeſſin Arnulf" mit Seminar für Wirtſchaftslehrerinnen	München
Brinckmann Gertrud	Gewerbeoberlehrerin an den Städt. Mädchen-Berufs- und Berufsfachſchulen	Erfurt
Broſtowſky Gertrud	ſtellv. Direktorin an der Städt. Haushaltungs- und Gewerbeſchule für Mädchen mit Lehrerinnenbildungsanſtalten	Kaſſel
Burchard Helene	ſtellv. Direktorin der Städt. Mädchen-Fach- und Berufsſchulen	Dortmund
Eberhard Dr. H.	Leiter der Schulzahnklinik	München
Eberhard Emma		München-Paſing
Flamm Dr. med. †	Kurarzt	Bad Wörishofen
Göcking Hans	Küchenchef	München
Gerber-Plattner Ilſe		Voordhuizen/Holland
Goſſe Marie	Profeſſorin und Direktorin der Oſtpreuß. Gewerbeſchule	Königsberg
Grimm Elſe	Handkunſtgewerbe	München
Großbies Maria	Profeſſor, Fachlehrerin an der Bildungsanſtalt für Koch- und Haushaltungsſchullehrerinnen	Wien XV
Günther	Oberbaurat a. D. der Städt. Elektrizitätswerke	München
Günther Dorothea	Leiterin der „Güntherſchule"	München
Gura-Ewald Paula †	Schriftleiterin und Schriftſtellerin der „Münchner Hausfrau"	München
Hall Dr. Hermine		Freiburg
Hecker Dr. Rudolf	Univerſitätsprofeſſor, Spezialarzt für Kinderkrankheiten	München
Hochſtetter Gretl	Wirtſchaftslehrerin an der Haushaltungsſchule des Schwäb. Frauenvereins	Stuttgart
Johannes Marie	Wirtſchaftshauptlehrerin an der Städt. Wirtſchaftlichen Frauenſchule	München
Karl Anna	Direktorin a. D. der Koch- und Haushaltungsſchule für Schwaben und Neuburg	Augsburg
Kießling A. †	Bank-Oberrechnungsrat an der Giro-Zentrale	München

Kilian Luiſe	Fachoberlehrerin an der Städt. Berufsſchule für Mädchen	München
Kiſtler Marie	Vorſteherin der Haushaltungsſchule Ballingen	Schweiz
Lex Frieda	Oberinſpektorin der Städt. Kindergärten	München
Löv Johanna	Regierungsbaumeiſter	München
Michelſen A.	Gewerbeoberlehrerin an der Städt. Mädchen-Fachſchule	Altona
Monheim Dr. med. et Dr. oec. publ. Maria	Frauenärztin für Frauenleiden	München
Otto Dr. jur. Marie	Rechtsanwältin	München
Rachner Hilde	Gewerbeoberlehrerin	Leipzig
Reber-Gruber Dr. Auguſte	Regierungsrätin, Profeſſorin, Reichsreferentin für weibl. Erziehung im Nationalſozialiſtiſchen Lehrerbund	Fürſtenfeldbruck
Reff Anna		Würzburg
Roeder Anna	Geflügelzuchtleiterin am Landwirtſchaftl. Lehrgut Straßmoos	Straßmoos
Röſch Rudolf	Internationaler Küchenchef	München
Rohrmann E.	Direktorin der Städt. Frauenberufsſchule	Breslau
Schilfarth Dr. phil. Elſe	Schriftſtellerin	München
Schmid M.	Studiendirektorin an dem ſtaatl. Hauswirtſchaftl. Seminar	Kirchheim a. T.
Spinner Dr. Katharina	Leiterin der Bildungsanſtalt für praktiſche Frauenberufe, „Weißer Hirſch"	Dresden
Stefana, Schweſter	Leiterin der Wirtſchaftlichen Frauenſchule „Marienheim"	Speyer a. Rh.
Stocker-Eyſold Dr. rer. pol. Marg.	Schriftſtellerin	München
Urlaub Elſe	Direktorin	Nürnberg
Walter Wilhelm	Serviermeiſter und Direktor	München
v. Weizenbeck Eliſabeth	Diätküchenleiterin an der Diätlehrküche München, vom Deutſchen Roten Kreuz	München
Wilhelm Mary	Vorſteherin des Haushaltungsſeminars vom Deutſchen Roten Kreuz	Karlsruhe
Woerner Bernhardine		Berlin-München
Zacharias Maria	Direktorin der Landfrauenſchule	Miesbach
v. Zwehl Dr. med. Th.	Leitende Ärztin der Diätlehrküche	München

Vorwort

Gerade in der jetzigen großen und ſchweren Zeit, wo unſer Führer durch die Eingliederung des letzten, ſich in fremden Händen befindenden deutſchen Gebietes (Deutſch-Polen) die lang erſehnte Hoffnung Großdeutſchlands erfüllt hat, wird es jeder deutſchen Frau eine freudige Pflicht ſein, in ihrem kleinen Kreis mitzuhelfen an der Verwirklichung der hohen Ziele des Dritten Reiches.

Von dieſem Grundgedanken ausgehend, möchte das vorliegende Lehrwerk, an dem bewährte Fachleute mitgearbeitet haben, Führer und Berater ſein.

Man könnte die Frage aufwerfen, ob es überhaupt notwendig iſt, ein neues derartiges Buch erſcheinen zu laſſen, da ja eine große Zahl von Haushaltungs- und Kochbüchern vorhanden iſt. Wir glauben dieſe Frage bejahen zu dürfen; denn unſer Lehrwerk verſucht die einſchlägigen Gebiete von neuen Grundſätzen aus zu behandeln.

Dies ſchien um ſo mehr geboten, als gerade in unſerer Zeit in vielen Fällen eine ganz beſondere Umſtellung, Neubehandlung und Vereinfachung in der Hauswirtſchaft notwendig geworden iſt. In erſter Linie ſind deshalb die wiſſenſchaftlichen und techniſchen Errungenſchaften berückſichtigt, die ſich auf zweckmäßige Einteilung, Verbrauch und Verwertung der Nahrungsmittel und ſonſtigen Bedarfsgüter für den Haushalt beziehen.

Nicht weniger wichtig erſchien es, nur ſolche Anleitungen zu geben, die mit jenen einfachen Mitteln ausgeführt werden können, die der Mehrzahl unſerer Hausfrauen zur Verfügung ſtehen. Es beſteht in unſerer Zeit keine Veranlaſſung, koſtſpielige Rezepte vorzuſchlagen, deren Ausführung meiſt die Wirtſchaftskaſſe zu ſtark belaſten oder auch den wirtſchaftlichen Maßnahmen unſerer Regierung nicht entſprechen würden.

Es iſt erfreulicherweiſe möglich, auch mit einfachen Mitteln ebenſo gute Ergebniſſe zu erzielen, wie dies früher meiſt mit viel größerem Aufwand geſchah.

Vorweg muß betont werden, daß alle in dem gegenwärtigen Lehrwerk enthaltenen Anleitungen und Ratſchläge eingehend praktiſch durchprobiert worden ſind. Dies erſchien um ſo wichtiger, als es vielfach Kochvorſchriften und andere Gebrauchsanweiſungen gibt, deren Zweckmäßigkeit anfechtbar erſcheint.

Im Nachſtehenden ſoll ein kurzer Überblick über das gegeben werden, was das dreibändige Lehrwerk enthält. Selbſtverſtändlich kann in einer kurzen Zuſammenfaſſung nur das Weſentlichſte hervorgehoben werden. Es muß dem Leſer überlaſſen bleiben, das Lehrwerk durchzuſtudieren.

Es iſt aber nicht notwendig, das Buch von Anfang bis zum Ende durchzuleſen. Jeder möge vielmehr diejenigen Kapitel herausgreifen, die ihm gerade wichtig erſcheinen. Das Lehrwerk iſt ſo angelegt, daß jeder einzelne Abſchnitt für ſich klar und verſtändlich iſt.

Der erſte und zweite Band enthält Erläuterungen über die Kochkunſt und die Vorratswirtſchaft. Die Kapitel über Nahrungsmittellehre und Küchentechnik vermitteln in leicht faßlicher Form die Kenntniſſe der richtigen Ernährung und der Behandlung der Nahrungsmittel und Handvorräte.

Der Abſchnitt über Kochlehre bringt eine reiche Auswahl von Kochvorſchriften für die einfache und feine Küche. Ausführlich wird auf die Verbrauchslenkung eingegangen. Eine große Anzahl von Rezepten nimmt auf die Zubereitung ſolcher wertvoller Volksnahrungsmittel Rückſicht, die bisher vielfach nicht genügend gewürdigt worden ſind (z. B. Hammelfleiſch, Seefiſche, Käſe und Quark). Selbſtverſtändlich werden auch eingehende Anleitungen zur Herſtellung von Eintopfgerichten und zur Reſteverwertung gegeben.

Den Abſchluß des erſten Bandes bilden Abhandlungen über Spezialgerichte verſchiedener deutſcher Gaue, insbeſondere Wiener Originalrezepte für Suppen, Fleiſch-, Zu- und Nachſpeiſen.

Im zweiten Band finden ſich viele Anregungen zur Herſtellung von kalten Platten, ferner Kochanleitungen für Mehlſpeiſen, Puddings, Aufläufe, Backwaren und Torten, Getränke, fleiſchloſe Küche, Rohkoſt, Kranken- und Diätkoſt. Für die von der allgemeinen Ernährungsweiſe abweichenden Kocharten finden ſich im Abſchnitt über einheimiſche Würzmittel und Küchenkräuter vielerlei Anregungen.

Der mit Recht in unſerer Zeit ſo ſtark betonten Forderung zu ſachgemäßer Vorratswirtſchaft iſt beſondere Aufmerkſamkeit gewidmet. Die beſten neuzeitlichen Verfahren zur Haltbarmachung von Früchten, Gemüſen und Fleiſch ſowie zur Keimfreimachung im Glas und in der Doſe werden ausführlich behandelt.

Blumenfreunde, Siedler und Heimgartenbeſitzer finden in den Aufzeichnungen über Blumenpflege, Gartenkultur und Kleintierhaltung Anregungen und Ratſchläge.

Der dritte Band behandelt zunächſt hauswirtſchaftliche Fragen bezüglich Wohnung, Beheizung und Beleuchtung. Die Hausarbeit wird unter Hinweis auf neuzeitliche Geräte und Hilfsmittel eingehend beſprochen.

In den Abſchnitten über Kleidung und Wäſche findet die Hausfrau Ratſchläge für den Stoffeinkauf, ferner für den Gebrauch gekaufter Schnitte und für die Selbſtanfertigung von Schnitten. Zuſchneiden, Anprobe und Ausarbeitung von Frauen- und Mädchenkleidern, von Haushaltwäſche ſowie von Herren-, Frauen- und Kinderwäſche werden unter Beigabe von Zeichnungen und Lichtbildern eingehend erklärt. Ausführungen über Verzierungsmöglichkeiten an Wäſche, über neuartige Strick- und Häkeltechnik und über Lederverarbeitung geben Anregung zur Herſtellung moderner Nadelarbeiten.

Die Pflege der Kleider und der Wäſche iſt ausführlich erörtert.

Weitere Kapitel führen die Hausfrau in folgende Gebiete ein: Rechtskunde im Haushalt und in der Familie, Verkehr mit dem Hausperſonal, Zahlungsverkehr, Erklärungen über häusliche Aufſchreibungen.

Einen größeren Raum nehmen die Ausführungen über Mutter und Kind ein. Sie bringen richtunggebende Aufſchlüſſe über Entwicklungs-, Ernährungs- und Erziehungsfragen, über Hygiene der Frau und über Schönheitspflege.

Beſondere Abhandlungen ſind der Zahnpflege und der Frauengymnaſtik gewidmet.

Über häusliche Krankenpflege, Verwendung gebräuchlicher Haustees und häusliche Kneippanwendung ſpricht der letzte Abſchnitt des Werkes.

Wir geben der Hoffnung und dem Wunſche Ausdruck, das vorliegende Lehrwerk möge unter unſeren Hausfrauen und Müttern viele Freunde erwerben.

München, im Juni 1940.

Luiſe Kilian
Fachoberlehrerin an der
Städt. Hauswirtſchaftlichen Berufsſchule,
langjährige Mitarbeiterin der Schulleiterin
Eugenie Erlewein.

Inhaltsüberſicht

Alphabetiſches Sachregiſter am Schluſſe des 2. Bandes.

I. Teil. 1. Band

Seite

1. Grundlagen für die Praxis der Ernährung
Aufgaben der Nahrung, Verarbeitung der Nahrung im Körper, die Nährſtoffe und ihre Bedeutung. Nährwert — Verdaulichkeit, Bekömmlichkeit der Nahrung. Wirtſchaft und Ernährung . . 1—64

2. Küchentechnik
Behandlung der Nahrungsmittel und Handvorräte des täglichen Bedarfes. Fachausdrücke in der Küche und ihre Erklärung. Spargeräte in der Küche . . . . 65—88

Kochlehre

3. Zubereitung von Suppen aller Art
Fleiſch-, Gemüſe-, Obſt- und Waſſerſuppen. Die klare und die gebundene Suppe . . . . 89—110

4. Warme und kalte Soßen zu Fiſch und Fleiſch
Zubereiten, Strecken, Verbeſſern von weißen und braunen Soßen. Verſchiedene feine Kräuterſoßen und Mayonnaiſen (Ölſoßen) . 111—120

5. Eierſpeiſen, Paſteten, Vorgerichte
Blätterteig, Halbblätterteig, Paſtetenteig, Gänſeleber-, Wild-, Hohlpaſteten uſw. . . . . 121—138

6. Fiſche (Fluß- und Seefiſche)
Bedeutung der Seefiſche für die Volksernährung. Einfache und feine Fiſchgerichte. Schalen- und Kruſtentiere . . . . . . 139—166

7. Fleiſch (Schlachttiere)
Die verſchiedenen Fleiſcharten in ihrer vielſeitigen Verwertung in der einfachen und feinen Küche . . . . 167—204

8. Hausgeflügel, Wildgeflügel, Wildbret

9. Gemüſe, Pilze, Kartoffelſpeiſen, Salate
Wichtigkeit der Kenntnis echter Pilze. Reichhaltige Zuſammenſtellung beliebter Kartoffel- und Gemüſeſpeiſen

10. Eintopfgerichte und Zuſpeiſen, Schnellküche (Sonntagsküche), Reſteverwertung, Knödel (Klöße), geſalzene Mehl-, Reis-, Käſe- und Milchſpeiſen . . . . 267—310

11. Spezialgerichte aus deutſchen Landen
Wer Spezialgerichte ſeines Heimatgaues ſucht, findet hier eine reichhaltige Auswahl . . . . 311—396

I. Teil. 2. Band

Seite

12. Kalte Küche
Garnierte Platten für einfache und feſtliche Gelegenheiten, Käſeplatten, Wurſt- und Fleiſchplatten, belegte Brote, Sulzen, Aſpik
Die in der Küche gebräuchlichen Fettarten
Kenntnis, Auswahl und Anwendung, Miſchungen, Auslaſſen und Aufbewahren . . . . 399—426

13. Mehl-, Milch- und Eierſpeiſen (ſüß)
Rezepte aus Wiener Fachkreiſen, Puddings, Aufläufe, Süßſpeiſen, Eisbereitung . . . . 427—466

14. Backen
Einfache und feine Backwaren, Hefegebäck, Torten, Wiener Gebäck, Weihnachtsgebäck . . . . 467—522

15. Getränke (warme, kalte)
Kaffee, Tee, Kakao, Punſche, Bowlen, eisgekühlte Getränke, Limonaden, Liköre und Schnäpſe . . . . 523—538

16. Neuzeitliche fleiſchloſe Küche, Rohkoſt und vegetariſche Koſt, Würzmittel . . . . 539—596

17. Krankenkoſt, Diätkoſt
Diätetiſche Küchentechnik und Koſtformen. Neuzeitl. Koſtformen 597—608

18. Garnierkunſt
Anrichten, Tiſchdecken, Servieren, Geſelligkeit . . . . . 609—630

19. Die Vorratsbereitung durch die Hausfrau
(Einmachen, Konſervierung). Haltbarmachung von Fleiſch, Fiſch, Gemüſe, Einmachen der Früchte mit und ohne Zucker . . . 631—710

20. Gartenkultur
Hausgarten, Anlegen desſelben, Blumenpflege . . . . . . 711—781

20a Kleintierhaltung
für den Siedler — für das Eigenheim . . . . 782—800

Achtung! Das alphabetiſche Sachregiſter (Inhaltsverzeichnis) des

1. u. 2. Bandes

befindet ſich am Schluſſe des **2. Bandes**

Zum Geleit!

Wenn ich gebeten worden bin, dieſem Buch ein Geleitwort zu geben, ſo habe ich es gern getan, habe es getan aus der Überzeugung heraus, daß es in beſonderem Maße ſeine Aufgabe erfüllt, der Frau Ratgeber zu ſein in allen Fragen ihrer häuslichen Tätigkeit. Dieſe eigentliche, der weiblichen Beſtimmung entſprechende Arbeit der Frau erfährt heute eine ganz andere Wertung als vor dem Durchbruch des Nationalſozialismus. Der Liberalismus hatte der Frau alle Möglichkeiten der Ausbildung und des Berufes gegeben und ſie ergriff dieſe Möglichkeiten und war beſonders ſtolz da, wo ſie in einem männlich gearteten Beruf dieſelben Leiſtungen zeigen konnte wie ihr Kollege. Hier ging es meiſt nicht ohne eine Verleugnung ihres Frauentums ab. Die allgemeine Überſchätzung des Intellekts wirkte ſich im Frauenleben verheerend aus. Die Mädchen drängten ſich in übergroßer Zahl zum Studium und zu den kaufmänniſchen Berufen, die Frauen der Unterſchicht aber ſtanden in den Fabriken hinter der Maſchine und leiſteten unterbezahlte Arbeit. In beiden Fällen wurden die Männer von ihren Arbeitsplätzen verdrängt und die Eheausſichten für die jungen Mädchen immer geringer. Noch ſchlimmer war die ſeeliſche Umwandlung der Frau durch dieſes Abirren von ihrer wahren Natur und ihrer fraulichen Betätigung. Die höchſte Erfüllung des weiblichen Lebens, die Mutterſchaft, wurde verächtlich gemacht oder als unbequem abgelehnt. Hand in Hand ging damit eine große Leere des häuslichen Lebens. Niemals gab es in Deutſchland ſo viele Vergnügungsſtätten als in den Zeiten ſeiner höchſten wirtſchaftlichen Not. Man blieb nicht mehr zu Hauſe. Und mit dem Geburtenrückgang, der Vernachläſſigung der Jugend, der Verſchleuderung des Einkommens und damit des Volksvermögens, der immer mehr ſinkenden häuslichen Kultur erreichte unſer Volk einen Tiefſtand der Geſittung, der moraliſchen und wirtſchaftlichen Not wie noch nie.

Adolf Hitler hat auch die Frauen zur Umkehr gemahnt und dieſe Rückkehr zu wahrem Frauenleben und -ſchaffen durch Geſetze erleichtert. Die Frau wird wieder ins Haus und in die Familie geführt. Aber es iſt genau ſo ſchwer, genau ſo wichtig, und genau ſo bedeutungsvoll für Familie und Staat, Schöpferin und Verwalterin eines Heimes und Mutter einer Familie zu ſein als die Berufstätigkeit der Männer und bedarf desſelben Maßes an Wiſſen und Können, ja dieſe weibliche Tätigkeit iſt weitaus vielſeitiger als die meiſten männlichen Berufe.

Es iſt ein Vorzug dieſes vorliegenden Werkes, daß es das geſamte Aufgabengebiet der Frau zu umfaſſen ſucht. Die eigentliche hauswirtſchaftliche Arbeit erfordert allein ſchon ſehr viel Kenntniſſe, wenn ſie ihrer volkswirtſchaftlichen und volkshygieniſchen Aufgabe gerecht werden ſoll. Kochanweiſungen genügen hier nicht. Das wäre ein mechaniſch-techniſches Anlernen, das ſelbſtändige geiſtige Leiſtung ausſchließt und deshalb auch keine dauernde Freude macht. Allen hauswirtſchaftlichen Arbeiten liegen Vorgänge zugrunde, die wiſſenſchaftlich erfaßt werden müſſen und ebenſo bedarf die Ernährungslehre des wiſſenſchaftlichen Unterbaus. Auch im Haushalt kann man von einer Betriebswirtſchaft ſprechen, welche der denkenden Frau ihre tägliche Arbeit ungemein erleichtert. Da 75 Prozent des geſamten Volkseinkommens durch die Hand der Frau geht, muß ferner jede hauswirtſchaftliche Unterweiſung Verſtändnis für die wirtſchaftlichen Zuſammenhänge erwecken, in unſerer deutſchen Volksgemeinſchaft dann aber auch beſonders für die Verwertung der Erzeugniſſe des deutſchen Bodens. Die Hausfrau darf ihren Haushalt nur als ein Stück eines großen Gemeinweſens anſehen, das Volksſtaat heißt. Daß das Haushalten auch ein Heimgeſtalten ſein muß, iſt eine Forderung, die aus der Aufgabe erwächſt, die der Nationalſozialismus der deutſchen Frau als der Hüterin der deutſchen Kultur geſtellt hat. Als Blut und Boden kommt die deutſche Erneuerung; Großſtadtrandſiedlung, Siedlung und Kleingarten werden die Frauen der Städte wieder mit dem Boden verbinden und außerdem ihnen ein zuſätzliches Einkommen verſchaffen, das ihnen tiefe Freude und innerliche Befriedigung ſchenken wird: Gartenbau und Kleintierzucht.

Die Herausgeberin dieſes Werkes hat alle dieſe Gebiete aufgenommen in ihre Bemühmungen, der Frau die Weite und Bedeutung ihres Aufgabenkreiſes in engſter Verbindung mit der rein praktiſchen Tätigkeit vor Augen zu führen.

„Für die körperliche und geiſtige Geſundheit der Familie iſt die Frau im höchſten Maße verantwortlich" († Kultusminiſter Schemm, Bayern), dazu iſt vor allem die beſte Geſundheit der Familienmutter erforderlich. Jede Haushaltung bricht zuſammen, wenn die Hausfrau körperlich nichts leiſten kann. Trotz der ungeheuren Fortſchritte der Wiſſenſchaft in der Erkenntnis vom Aufbau und den Bedürfniſſen des menſchlichen Körpers, ſind dieſe Erkenntniſſe noch immer viel zu wenig Allgemeingut des Volkes. Und nicht genug können die Frauen immer wieder darauf hingewieſen werden, wie ſie den koſtbarſten Schatz der Nation, das Kind, zu hüten und zu pflegen haben. Die Säuglingsſterblichkeit iſt in dem Maße zurückgegangen, als man ſich bemühte, die Mütter für die Aufzucht ihrer Kinder zu ſchulen und ſie dabei zu überwachen. Der nationalſozialiſtiſche Staat wird in noch nie gekanntem Ausmaße dahin wirken, daß junges Leben nicht mehr ſo oft umſonſt geboren wird. Es iſt ſicher ein Vorzug dieſes Buches, wenn die junge Mutter in einem beſonderen Abſchnitt aus berufenſter Feder ſich Rat holen kann.

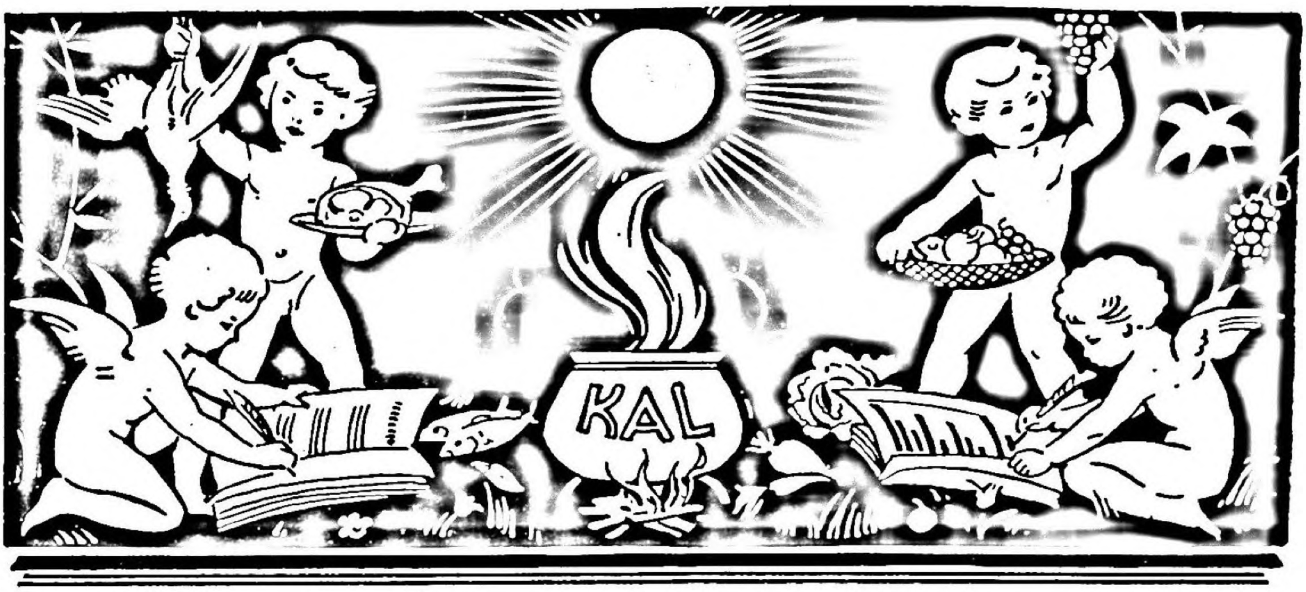
Unendlich ſind die Entwicklungs- und Wirkungsmöglichkeiten, die der Frau im nationalſozialiſtiſchen Staat geſtellt ſind trotz ſcheinbarer Einſchränkung auf den häuslichen Lebenskreis. Ein Frauengeſchlecht iſt dazu notwendig, das klug und vordenklich, lebenstapfer, willensſtark und verantwortungsbewußt ſeiner Aufgabe im Dienſt der Volksgemeinſchaft gerecht wird. Möge dies Buch recht viele ſolcher Frauen finden und ihnen zu Freude, Kraft und Selbſtvertrauen verhelfen, um mit nie ermüdender Hingabe und mütterlicher Selbſtloſigkeit ihren Beruf als Hausmutter zu erfüllen.

Dr. Auguſte Reber-Gruber
Regierungsrätin, Profeſſorin, Reichsreferentin für weibl. Erziehung im Nationalſozialiſtiſchen Lehrerbund.

Sämtliche in der Kochlehre angeführten Rezepte ſind,

wenn nicht beſonders angegeben,

für 4 Perſonen berechnet



Grundlagen für die Praxis der Ernährung

1. Hauptteil

I. Aufgaben der Nahrung.
II. Verarbeitung der Nahrung im Körper.
III. Die Nährſtoffe und ihre Bedeutung für den Körper.
IV. Das Nährſtoffbedürfnis des Menſchen.

I. Aufgaben der Nahrung

Geeignete und ausreichende Nahrung iſt für die Erhaltung unſeres Lebens und unſerer Geſundheit ebenſo wichtig wie Luft und Licht!

Wenn auch die Menſchen vielfach in der Beſeitigung der nagenden, brennenden und mitunter ſchmerzhaften Gefühle des Hungers und Durſtes, die Hauptaufgabe der Nahrung erkennen, ſo iſt deren Bedeutung und Notwendigkeit damit keineswegs erfüllt.

Die auffallende Mehrung der körperlichen Subſtanz während des kindlichen Wachstums iſt ebenſo nur durch Aufnahme geeigneter Stoffe möglich, wie der Erſatz all jener Beſtandteile des Körpers, welche alltäglich durch die Lebensvorgänge abgenützt und verbraucht werden.

Die Erhaltung unſerer Körperwärme von 37 Grad trotz ſtarker Wärmeverluſte bei kühler Außentemperatur läßt erkennen, daß eine Wärmequelle im Inneren unſeres Körpers immerfort Wärme ſpenden muß.

Daneben leiſtet der Körper ſtändig Arbeit. Die Schläge des Herzens, das Heben und Senken des Bruſtkorbes, die bedeutenden Muskelleiſtungen bei jeder willkürlichen oder unwillkürlichen Arbeit, ſie alle geben Ausdruck von der in unſerem Körper wirkſam gewordenen Arbeitsenergie.

Wachstum — Wärmebildung — Arbeitsleiſtung! Dieſe Lebensäußerungen laſſen die Notwendigkeit der Aufnahme geeigneter Stoffe deutlich erkennen. Die Gebilde, die der Körper dazu benötigt, nennt man Nahrungsmittel, in ihrer Geſamtheit die Nahrung.

Sie dient einer zweifachen Aufgabe:

1. Sie liefert das „Baumaterial", um das Wachstum zu ſichern, um verbrauchte Körperſubſtanz zu erſetzen und Reſerveſtoffe für Zeiten der Not und Krankheit zu bilden.
2. Sie liefert das „Brennmaterial" zur Wärme- und Krafterzeugung.

Zur Verbrennung des Brennmaterials iſt Sauerſtoff nötig, der durch die Atmung zugeführt wird. Die bei der Verbrennung entſtehenden Endprodukte verlaſſen den Körper durch die Lunge, die Haut und die Niere.

II. Die Verarbeitung der Nahrung im Körper

Soll die Nahrung ihre Aufgabe, als Bau- und Brennmaterial zu dienen, erfüllen, oder mit anderen Worten ausgedrückt, ſoll der Körper „ernährt" werden, ſo müſſen die nährenden Beſtandteile vom Blut in das Körperinnere, d. h. in die Zellen getragen werden. Die Nährſtoffe können aber nur dann an ihren Beſtimmungsort gelangen, wenn ſie feinſte Gefäßwände zu durchſchlüpfen vermögen. Dazu iſt chemiſche Zerlegung der Stoffe nötig.

Die Verdauung hat die Aufgabe, die Nahrung in ihre Nährſtoffe zu zerlegen und dieſe ſo weit „abzubauen", daß ſie die Wände feinſter Blutgefäße durchdringen, ſomit vom Blutſtrom erfaßt und durch den Körper getragen werden können.

Die Nahrung enthält aber auch ſolche Beſtandteile, welche nicht aufſaugbar ſind; dieſe können folglich auch den Körper nicht ernähren, ſie werden als unbrauchbar vom Darm nach außen abgegeben.

Somit beſteht das Weſen der Verdauung in einer Zerlegung der Nährſtoffe und in einer Ausſcheidung nicht aufſaugbarer Beſtandteile.

Die Zerlegung, Abbau genannt, wird von den Verdauungsorganen beſorgt: Als erſtes der **Mund** mit den zerkleinernden Zähnen, dem Mundſpeichel und der miſchenden Zunge mit den Geſchmacksorganen. Daran anſchließend, verbunden durch die Speiſeröhre, der **Magen**. Dieſer, ein dehnbares Gebilde, iſt Aufnahmeorgan für ganze Mahlzeiten. Ihm folgen der **Zwölffingerdarm** mit den Einmündungskanälchen der Galle und des Bauchſpeichels, und ſchließlich der etwa 5 Meter lange **Dünndarm**, der als verdauendes Organ Hauptarbeit leiſtet, während der letzte Teil, der **Dickdarm**, hauptſächlich der Ausſcheidung dient. Die genannten Verdauungsorgane ſind mit Schleimhäuten ausgekleidet, in dieſe ſind Drüſen eingelagert, welche nach Bedarf chemiſch wirkſame Säfte erzeugen und in das Innere der Verdauungsorgane fließen laſſen. Durch die wurmartigen Bewegungen der Magen- und Darmwände wird vollſtändige Durchmiſchung des Speiſebreies mit den verdauenden Säften ermöglicht und ſomit chemiſche Zerlegung der Nahrung gewährleiſtet. Im Dickdarm fehlen ſolche ſäfteerzeugende Drüſen, dafür beſorgen geeignete Bakterien die letzte Ausleſe.

Die nunmehr abgebauten Nährſtoffe werden von den in der Dünndarmwand beſonders zahlreich vorhandenen Blut- und Lymphgefäßen aufgeſogen. Nachdem ſich das durch die Magen- und Darmwand fließende Blut mit den Nährſtoffen beladen hat, ſtrömt es durch die Pfortader in die Leber, welche, wie ein Filter wirkend, ſchädliche Stoffe feſtzuhalten ſucht, damit nur wirklich Brauchbares und Unſchädliches in den allgemeinen Blutſtrom gelangt. Nun erſt erreicht die Nahrung den Ort ihrer Verwendung.

Dient ſie dem Aufbau des Körpers, ſei es zum Erſatz für das Verbrauchte oder zur Mehrung der vorhandenen Subſtanz, ſo bauen die Zellen mit Hilfe aufbauender Kräfte aus den einfachſten Bauſteinen jene komplizierten Verbindungen, welche wir kurz „Körperſtoffe“ nennen. Dient die Nahrung hingegen der Wärme- und Krafterzeugung, ſo verbrennen ihre brennbaren Beſtandteile, dabei entſtehen die uns belebenden Energien; was übrig bleibt, iſt für unſeren Körper „toter“ Stoff und wird vom Blut zu den Ausſcheidungsorganen getragen und von dieſen abgegeben.

Der Vorgang der Ernährung — des Stoffwechſels im weiten Sinne — ſchließt alſo eine Fülle von Einzelvorgängen in ſich:

Nahrungsaufnahme — Verdauung oder Abbau — Aufſaugung durch die Blutgefäße — Angleichung an die lebende Zellſubſtanz — Verbrennung und dabei Freiwerden von Wärme und Kraft — und ſchließlich Ausſcheidung der Endprodukte. Dazwiſchen liegt eine Unzahl feinſter Regulierungsvorgänge, die in ihrer Vielgeſtaltigkeit und Exaktheit ein Wunder der Schöpfung ſind.

III. Die Nährſtoffe und ihre Bedeutung für den Körper

Das Fett in der Nahrung.

Der Name Fett erinnert zunächſt an die in der Küche verwendeten Fette wie Butter, Butterſchmalz, Schweinefett, Öl uſw. Dieſe genannten Speiſe- oder Küchenfette enthalten, wie uns Beobachtung und Erfahrung lehren, verſchiedene Beſtandteile, die mit chemiſch reinem Fett nichts gemeinſam haben. Es zeigen ſich beim Erhitzen Waſſerdampf, ſchäumende und bräunende Beſtandteile, das ſind Beimengungen von Waſſer und Eiweiß, auch mineraliſche Beſtandteile können darin enthalten ſein. Erſt nach vollſtändiger Entfernung dieſer Beſtandteile erhält man chemiſch reines Fett.

Wenn Fett als Nährſtoff betrachtet und gewertet wird, ſo handelt es ſich nur um chemiſch reines Fett.

Das Fett der Nahrung iſt teils tieriſcher, teils pflanzlicher Herkunft. Im Fleiſch der Schlachttiere z. B. findet es ſich als mehr oder weniger dicke Auflage, oder es durchzieht, gleich feinen Adern, das ganze Muskelgebilde. Außerdem liefern Milch und Eidotter wertvolles Nahrungsfett. Aus dem Pflanzenreich ſtehen die verſchiedenen fettreichen Samenkerne und Samenhüllen zur Fettgewinnung zur Verfügung. Wir nehmen das Fett teils im Verein mit dieſen Nahrungsmitteln als organiſchen Beſtandteil derſelben auf, teils als Zuſatz bei der Zubereitung derſelben. Die hierbei verwendeten „Küchenfette“ entſtammen den oben genannten Nahrungsgebilden, ſind dieſen durch beſondere Verfahren entzogen, nötigenfalls zur küchentechniſchen Verwendung beſonders geeignet gemacht.

Chemiſch reines Fett ſetzt ſich zuſammen aus Glyzerin und verſchiedenen Fettſäuren. Letztere beſtimmen Geruch, Geſchmack, Schmelztemperatur und Erſtarrungstemperatur der Fette und ſind ſomit ausſchlaggebend für deren Bewertung. Glyzerin und Fettſäuren ſind Kohlenwaſſerſtoffverbindungen.

Für die Verdauung der Fette iſt wichtig, daß ſie in Form feinſter Tröpfchen den verdauenden Säften große Angriffsfläche bieten. Dies iſt nur bei flüſſigen Fetten der Fall. Es ſollen daher nur ſolche Fette in feſtem Zuſtand aufgenommen werden, welche durch unſere Körpertemperatur verflüſſigt werden können, deren Schmelztemperatur alſo tiefer liegt als 37 Grad. In der Regel nehmen wir aber Fett ſchon in flüſſigem Zuſtand, in Suppen, in Soßen uſw. auf. Es wäre günſtig, zur Zubereitung dieſer Gerichte nur ſolche Fette zu verwenden, welche bei unſerer Körpertemperatur flüſſig bleiben, alſo nicht erſtarren können, weil ihr Erſtarrungspunkt tiefer liegt als 37 Grad. Nachſtehende Tabelle gibt Aufſchluß über den Schmelzpunkt der gebräuchlichſten Fette.

Kuhbutter	28—35°	Hammeltalg	43—45°	Palmöl	27—43°
Ziegenbutter	27—38°	Schweinefett	34—48°	Palmkernöl	23—28°
Margarine	34°	Gänſefett	25—40°	Kokosöl	20—28°
Rindstalg	42—49°				

Der Erſtarrungspunkt liegt bei allen Fetten um einige Grad tiefer als deren Schmelzpunkt. Nach dieſer Zuſammenſtellung ſind vor allen Dingen die Pflanzenfette, ſowie Kuhbutter, Gänſefett und Margarine günſtig zu beurteilen.

Im Dünndarm werden die Fetteilchen zerſprengt, durch die wirkſamen Verdauungsſäfte in ihre beiden Hauptbeſtandteile, Glyzerin und Fettſäuren zerlegt und ſomit für die Aufſaugung geeignet gemacht. Dem Blutſtrom übergeben, kann das Fett ſchließlich im Körperinnern verwendet werden.

Die Bedeutung des Nahrungsfettes beſteht in erſter Linie in ſeiner Eignung als Brennſtoff. Ohne im Körper ſchädigende Schlacken zu hinterlaſſen, ſtellt es auf Grund ſeines hohen Kohlenſtoff- und Waſſerſtoffgehaltes dem Organismus eine ungeheuere Energiequelle zur Verfügung. Ein Gramm Fett liefert im Durchſchnitt eine Wärmemenge von 9,3 Kalorien.* Kein anderer Stoff läßt bei ſeiner Verbrennung gleiche Wärmemengen frei werden! Auf die Praxis der Ernährung bezogen, ſind wir in der Lage, durch Zuſammenſtellung fettreicher Nahrungsmittel oder durch Fettzugabe bei der Zubereitung in verhältnismäßig kleiner Menge dem Körper hohe Werte zu bieten.

Daneben iſt Fett noch Bauſtoff. In dieſer Eigenſchaft liefert bzw. ſchützt und ergänzt es das lebenswichtige Körperfett. Alle edlen Organe ſind vom Fett umhüllt. Es dient hier zum Schutz vor Kälte, Druck und Stoß und hält die Organe in der richtigen Lage. (Fettpolſter um Augen, Herz, Nieren uſw.) Zwiſchen den Muskelfaſern iſt das Fett in Form winzig kleiner Kügelchen eingelagert, um zur Geſchmeidigerhaltung der Muskulatur beizutragen.

Wird mehr Fett aufgenommen als zur Verbrennung und zur Erhaltung des lebenswichtigen Körperfettes nötig iſt, ſo wird der Überſchuß als Reſervefett abgelagert. Dieſe Fettpolſter geben dem Körper ausgeglichene Form, bieten

---

* Eine Kalorie iſt die Wärmemenge, welche nötig iſt, 1 Liter Waſſer um 1 Grad Celſius, z. B. von 15 auf 16 Grad, zu erwärmen. 1 Gramm Fett läßt alſo bei ſeiner Verbrennung ſoviel Wärme frei werden, daß 1 Liter Waſſer von 15 Grad auf 24,3 Grad erwärmt werden könnte.

Wärmeſchutz, ihre Hauptaufgabe beſteht aber darin, einen verfügbaren Beſtand für Zeiten der Not und Krankheit zu bilden.

In hygieniſcher Hinſicht werden die Fette, ſoweit ſie von den Blutgefäßen aufſaugbar ſind, als gleichwertig betrachtet. Wenn trotz gleicher Kalorienmenge manche Fette als beſonders hochwertig bezeichnet werden, ſo hängt das mit der Beimiſchung anderer wertvoller Stoffe zuſammen.

Es ſei an dieſer Stelle auf die Bedeutung des Fettes bei der Zubereitung der Speiſen verwieſen.

Fett iſt der Träger der Wärme. Während Waſſer und Waſſerdampf in unſeren üblichen Kochgeſchirren nur eine Temperatur von zirka 100 Grad erreichen können, läßt ſich Fett auf 180 bis 250 Grad erwärmen. Dieſe Temperatur überträgt es auf die zu bereitenden Speiſen. Dieſe werden bei ſolch hohen Temperaturen ſchneller gar als in kochendem Waſſer oder im Dampf, werden wohlſchmeckender, da ſich Extraktivſtoffe bilden, es entſtehen Kruſten, die Poren der Nahrungsmittel werden raſch geſchloſſen, die Nährſtoffe bleiben dadurch erhalten.

(Näheres über Vorkommen ſiehe Tabelle Seite 8/9.)

Die Kohlenhydrate der Nahrung.

Zu den Kohlenhydraten zählt man alle in derſelben vorkommenden Zuckerarten. Dieſe ſind:

Einfachzucker, darunter Frucht- und Traubenzucker;
Doppelzucker, dazu gehören Rohr-, Milch- und Malzzucker.

Ferner noch Vielfachzucker, deren bedeutendſte Vertreter Stärke und Zellſtoff ſind.

Alle dieſe Kohlenhydrate kommen vorwiegend in den Pflanzen vor. Der Zellſtoff bildet ihre Stütz- und Gerüſtſubſtanz, die Stärke liegt in Form winzig kleiner Körnchen in den Pflanzenzellen eingebettet, Einfach- und Doppelzucker ſind gelöſt im Säfteſtrom zu finden. In den tieriſchen Nahrungsmitteln ſind größere Mengen an Kohlenhydraten nur in der Milch nachzuweiſen. Sie ſind aber hier nicht etwa vom Tier gebildet worden, ſondern kommen als Umwandlungsprodukt der dem Tierkörper einverleibten Kohlenhydrate darin vor.

Die Kohlenhydrate zeigen auf ihrem Weg durch die Verdauungsorgane ein ſehr unterſchiedliches Verhalten. Alle Einfachzucker können ohne jegliche Veränderung von den Blutgefäßen aufgeſogen werden, denn ihre Moleküle ſind gerade klein genug, um die Gefäßwände durchſchlüpfen zu können. Alle Doppelzucker müſſen durch den Mundſpeichel und die Dünndarmſäfte erſt in ihre Einfachzucker zerlegt werden; desgleichen die Stärke.

Der Zellſtoff hingegen iſt den Einwirkungen der Verdauungsſäfte zum größten Teil unzugänglich. Wenn auch ein geringer Beſtandteil durch die Einwirkung der im Dickdarm lebenden Bakterien zu Produkten geſpalten wird, welche von den Verdauungsſäften weiter verarbeitet werden können, ſo muß doch betont werden, daß der weitaus größte Teil für die Ernährung gar nicht in Frage kommt, ſondern unausgenützt den Körper verläßt.

Die reſorbierbaren, alſo die nährenden Kohlenhydrate, werden im Körperinneren in erſter Linie als Brennmaterial verwendet. Entſprechend der geringeren Menge am Kohlenſtoff und Waſſerſtoff liefert 1 Gramm Zucker bei ſeiner Verbrennung 4,1 Kalorien, während 1 Gramm Fett 9,3 Kalorien frei werden läßt. Um alſo gleiche Energiemenge zu erhalten, muß die Menge der aufgenommenen

Kohlenhydrate noch einmal ſo groß ſein als die des Fettes. Dies lehrt uns für die Praxis, eine der Eßluſt entſprechende Verteilung der beiden Brennſtoffe vorzunehmen. Überſteigt die Eßluſt das tatſächliche Nahrungsbedürfnis, ſo kann an Fett geſpart werden; iſt der Appetit hingegen ſo gering, daß die Deckung des unbedingt Nötigen fraglich erſcheint, dann iſt der im Volumen kleineren, aber an Wert größeren Fettnahrung der Vorzug zu geben. Werden mehr Kohlenhydrate zugeführt, als der Körper neben dem Fett an Brennſtoffen braucht, ſo wird der Reſt durch aufbauende Kräfte zu Fett umgebaut und als ſolches abgelagert.

Somit können alſo Fett- und Kohlenhydrate für einander eintreten, ſich gegenſeitig in jeder Hinſicht ergänzen. Dieſe Fähigkeit des Körpers gewinnt beſonderen Wert dann, wenn einer der beiden Nährſtoffe aus diätetiſchen oder wirtſchaftlichen Gründen gemieden werden muß.

Obwohl der Zellſtoff als nährender Beſtandteil kaum bewertet werden kann, ſo iſt ihm im Rahmen des Stoffwechſels dennoch große Bedeutung beizumeſſen. Selbſt zwar unverdaulich, leiſtet er dem Verdauungsvorgang wertvolle Dienſte. Durch ſeine zum Teil derbfaſerige Beſchaffenheit wirkt er mechaniſch reibend auf die Magen- und Darmwände ein; der dadurch entſtehende Reiz bewirkt vermehrte Abſonderung von Verdauungsſäften, belebt die Darmperiſtaltik; dadurch wird der Abbau der Nährſtoffe begünſtigt, die Fortſchaffung unverwendbarer Beſtandteile wird beſchleunigt und ſomit werden ſchädliche Zerſetzungserſcheinungen im Darm vermieden.

Ferner wirkt der Zellſtoff günſtig auf die Entwicklung der Darmbakterien ein. Die zellſtoffſpaltenden Bakterien finden in den Faſerteilen günſtige Nahrung und entwickeln ſich auf Koſten der ſchädlichen Fäulnisbakterien; durch die Unterdrückung der letzteren werden faulige Zerſetzungsvorgänge im Darm vermieden oder mindeſtens eingeſchränkt. Somit kommt dem Zellſtoff beſondere Bedeutung als reinigender Faktor zu, damit iſt auch die Empfehlung des Genuſſes beſonders zellſtoffreichen Materials (Obſtſchalen, Kerngehäuſe uſw.) teilweiſe begründet. Schließlich iſt der Zellſtoff gleich dem Waſſer noch als Ballaſt- bzw. Füllmittel wertvoll. Dadurch, daß der Zellſtoff ſchon im Magenſaft ſtark aufquillt, füllt er den Magen, erzeugt, wenn auch nur vorübergehend, das Gefühl der Sättigung, ohne zu nähren und ohne zu ſchädigen. Dadurch ſchützt er allzu eßluſtige Perſonen vor den ſchädlichen Folgen der Überernährung. Bei all jenen Perſonen hingegen, bei denen der Appetit nur ſehr gering iſt, ſoll füllſtoffreiche Koſt eingeſchränkt werden. (Näheres über Vorkommen ſiehe Tabelle Seite 8/9.)

Die Eiweißſtoffe der Nahrung.

Die Eiweißſtoffe ſind im Stoffwechſel aller Lebeweſen von überragender Bedeutung. Es gibt keine lebende Zelle, weder im Tier- noch im Pflanzenreich, ohne Eiweiß. Die eigentliche Entſtehung der Eiweißſtoffe verdanken wir den Pflanzen, welche, wie man heute mit Beſtimmtheit annimmt, aus den Kohlenhydraten durch deren Umbau und durch Anlagerung der noch fehlenden Stoffe, die erſten Vorſtufen der Eiweißſtoffe, die „Eiweißbauſteine“ bilden. Aus dieſen Eiweißbauſteinen ſetzen ſich durch deren vielgeſtaltige Verkettung die verſchiedenen Eiweißſtoffe zuſammen.

Das mit der Nahrung aufgenommene Eiweiß wird im Magendarmkanal durch Einwirkung der Verdauungsſäfte aufgelöſt. Mit dieſer Auflöſung iſt ein Abbau der Eiweißſtoffe bis zu den Eiweißbauſteinen verbunden. Was nicht abgebaut werden kann, muß als unverwendbar vom Darm ausgeſchieden werden. Die Abbauprodukte dagegen, alſo die Eiweißbauſteine, werden von den Blutgefäßen der Darmwand reſorbiert und gelangen in die Blutbahn zur Verwendung. Ihre Aufgabe beſteht darin, den Beſtand des Körpers an Eiweißſtoffen zu erhalten bzw. zu vermehren. Durch die Lebensvorgänge geht dauernd Zelleiweiß verloren, das erſetzt werden muß. Der wachſende Körper muß zum Vorhandenen hinzu neue Körperzellen bilden, muß alſo den Beſtand vermehren. Das aufgenommene Nahrungseiweiß iſt das Baumaterial dafür. **In der Erfüllung dieſer Aufgabe kann es nicht durch andere Nährſtoffe vertreten werden.**

Hinſichtlich Eignung der verſchiedenen Eiweißſtoffe unterſcheidet man heute **vollwertiges und minderwertiges** Eiweiß. Als vollwertig gelten ſolche Eiweißſtoffe, welche in ausreichender Menge alle jene Eiweißbauſteine enthalten, welche der Menſch zum Aufbau braucht. Als minderwertig dagegen werden diejenigen Eiweißſtoffe beurteilt, welche die für uns wichtigen Bauſteine gar nicht oder in zu geringer Menge enthalten. Man hat ferner gefunden, daß gerade Kartoffeln, Gemüſe, Obſt und Milch in dieſer Hinſicht beſonders wertvoll ſind, während man früher gerade dieſe Nahrungsmittel in ihrem Eiweißwert ungünſtiger beurteilt hat.

Beim Aufbau der Eiweißbauſteine zu körpereigenen Eiweißſtoffen bleiben Reſte unverwendbaren Materials zurück, ſei es, daß die zugeführte Menge den Bedarf überſteigt oder daß die Eiweißbauſteine ihrer Art nach nicht entſprechen. Dieſe Reſte unterliegen einem weiteren Abbau, einer Verbrennung. Das gleiche Schickſal erfahren auch alle Zerfallsprodukte, welche durch die abnützende Lebenstätigkeit aus den Körperzellen entſtehen. Die Verbrennung erfolgt aber nicht reſtlos zu Kohlenſäure und Waſſer, wie das bei Kohlenhydraten und Fett der Fall iſt, ſondern es bleiben Rückſtände, darunter Harnſäure. Häufen ſich dieſe Rückſtände im Blut an, ſo bewirken ſie eine ungünſtige Veränderung der Blutzuſammenſetzung und der Blutbeſchaffenheit; das Blut wird dickflüſſiger, weil leimartige Subſtanzen aus den Blutkörperchen in das Blutwaſſer übertreten. Dadurch wird der Blutkreislauf träger, es treten Störungen im Kapillarkreislauf ein. Daraus folgert wiederum träge Sauerſtoff- und Nährſtoffzufuhr zu den Zellen, erſchwerte Abfuhr von Stoffwechſelſchlacken aus den Zellen. Darunter leidet der geſamte Körper.

Eiweißüberfütterung begünſtigt außerdem noch die Eiweißfäulnis im Darm. Werden zu viel Eier und Fleiſch gegeſſen und zu wenig pflanzliche Nahrung aufgenommen, deren Zellſtoff der Eiweißfäulnis entgegenwirkt, ſo kann es zur Aufſaugung ſchädlicher Zerſetzungsprodukte kommen, welche unſere Geſundheit beeinträchtigen. Mit der Erkenntnis all dieſer Gefahren iſt die Notwendigkeit der Einſchränkung der Eiweißaufnahme begründet.

(Näheres über Vorkommen ſiehe Tabelle Seite 8/9.)

Die Mineralſtoffe der Nahrung.

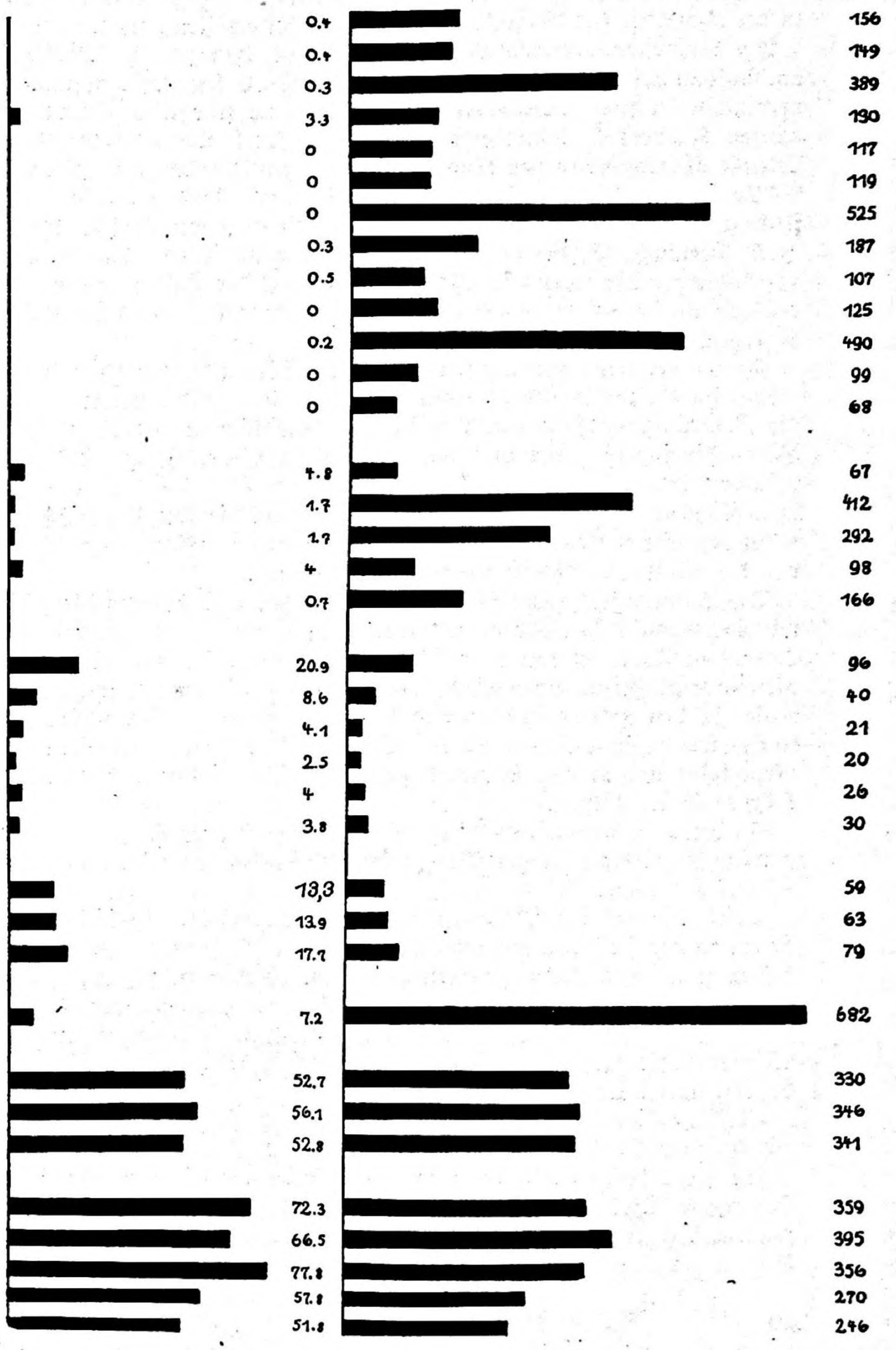
Zu den Mineralſtoffen unſerer Nahrungsmittel gehören alle jene Beſtandteile, welche bei deren Verbrennung als Aſche zurückbleiben. Daher werden ſie vielfach nur kurz als „Aſchen“ bezeichnet. Sie „Nährſalze“ zu nennen, iſt nicht richtig, denn chemiſch betrachtet liegen ſie nicht immer ſchon als fertige Salze vor, ſondern bilden ſich teilweiſe erſt durch die Stoffwechſelvorgänge.

Gehalt einiger wichtiger Nahrungsmittel an ausnützbarem Eiweiß, Fett u. Kohlen-

100 Gramm enthalten	Gr. Eiweiß Maßſtab: 1 - 1 Gr.	Gr. Fett Maßſtab: 1 - 1 Gr.
Fleiſch		
Rindfleiſch	19.9	7.8
Kalbfleiſch	20.5	6.8
Schweinefleiſch, mittelfett	15.1	35
Leber	19.9	3.7
Hirn	9	8.6
Bries	28	0.4
Dauerwurſt (Hartwurſt)	23.9	45.9
Koch- oder Brühwurſt	14.1	13.7
Haſe	23	1.1
Huhn	20	4.5
Gans	15.9	45.6
Karpfen	19.8	1.9
Kabeljau	16	0.3
Milch und Käſe, Ei		
Vollmilch	3.4	3.6
Rahmkäſe	13.5	37.6
Fettkäſe	18.8	22.8
Quark	17.2	1.2
2 Eier = 100 Gramm	12.6	12
Kartoffel, Gemüſe, Pilze		
Kartoffel friſch	2	0.2
Rübengemüſe i. D.	1.4	0.1
Stengelgemüſe i. D.	0.8	0.1
Blattgemüſe i. D.	2	0
Fruchtgemüſe, z. B. Tomate	1	0.2
Pilze (Pfifferlinge)	2.6	0.1
Fruchtobſt		
Äpfel	0.4	0.6
Zwetſchgen	0.7	0.75
Trauben	0.7	0.77
Samenobſt		
Haſelnüſſe und ähnliche	17.4	62.6
Hülſenfrüchte		
Erbſen	23.4	1.9
Bohnen	23.7	2
Linſen	26	1.9
Getreide, Mehle, Brot		
Weizenmehl	11.6	1.6
Haferflocken	14.4	6.8
Reis	7.9	0.5
Weißbrot	6.8	0.5
Graubrot	7.5	0.3

hydraten mit Angabe des Wärmewertes Entn. den „Nahrungsmitteltabellen" v. Dr. H. Schall.

Gr. Kohlenhydrate (Stärke, Zucker) Maßſtab: ǀ = 1 Gr.	Kalorien Maßſtab: ■ = 25 Kal. ǀ = 5 Kal.



Die wichtigſten Mineralſtoffe unſerer Nahrung ſind Phosphor-, Schwefel-, Chlor-, Natrium-, Kalium-, Calcium- (Kalk-), Magneſium- und Eiſenverbindungen.

Die Notwendigkeit ausreichender Mineralſtoffzufuhr findet ihre Begründung in der Kenntnis der Aufgaben, welche dieſe zu erfüllen haben.

Am leichteſten verſtändlich iſt die Tatſache, daß ſich die Mineralſtoffe direkt am Aufbau des Körpers beteiligen. Phosphor-, Eiſen-, Magneſium- und Kaliumverbindungen ſind Beſtandteil aller Zellen, ſie ſind alſo Baumaterial für den ganzen Körper! Calciumverbindungen (Kalkverbindungen) werden in größerer Menge abgelagert in den Knochen und in den Wänden der Blutgefäße.

Als Beſtandteil der Zellen und der ſie umſpülenden Zellſäfte und Gewebsflüſſigkeiten nehmen die Mineralſtoffe Anteil an allen Stoffwechſelvorgängen.

So beruht z. B. die geſamte Verbrennung im Körper darauf, daß die Eiſenverbindungen der roten Blutkörperchen den mit der Luft eingeatmeten Sauerſtoff begierig an ſich reißen, um ihn in wirkungsfähigem Zuſtand zur Verbrennung im Körperinnern wieder freizugeben.

Ferner verleihen die Mineralſtoffe den Säften innerhalb und außerhalb der Zellen die eben nötige Konzentration, die ein Ein- und Austreten der Säfte durch die Zellwände ermöglichen. Auf dieſe Weiſe können erſt die Nährſtoffe in die Zellen hineingelangen und kann verbrauchtes Material aus den Zellen herausgeführt werden.

Schließlich wirken die Mineralſtoffe noch auf die Quellbarkeit der Zellſubſtanz ſelbſt ein. Sie verleihen damit den Zellen die Beſchaffenheit, welche nötig iſt, um von den Säften durchdrungen werden zu können.

Die Mineralſtoffe erfüllen in allen lebenden Organismen die gleiche Aufgabe wie im menſchlichen Körper. Daher kann unſer Mineralſtoffbedarf auch durch Aufnahme jeder Art von Nahrung gedeckt werden. Dennoch iſt die Auswahl nicht gleichgültig! In manchen Nahrungsmitteln, z. B. im Fleiſch, in den Eiern, im Käſe, in den Hülſenfrüchten und Getreideprodukten, überwiegen jene Mineralſtoffe, welche in unſerem Körper Säuren bilden. In Kartoffeln, Gemüſen, im Fruchtobſt und in der Milch dagegen herrſchen ſolche vor, welche in unſerem Körper Baſen bilden.

In den Zellſäften und Körperflüſſigkeiten muß aber Säuren- und Baſengleichgewicht, bzw. ein geringer Baſenüberſchuß vorhanden ſein. Andernfalls geht der Körper zugrunde.

Wird das bei der Nahrungsauswahl nicht bedacht, ſo hilft ſich der geſunde Körper zwar ſelbſt, aber ſtets auf Koſten der Nahrungsauswertung.

Um nun beſte Nahrungsverwertung im Körper zu ſichern, iſt bei der Nahrungszuſammenſtellung darauf zu ſehen, daß im Rahmen der Tagesverköſtigung eine gute Miſchung ſolcher Nahrungsmittel, welche vorwiegend ſäurebildende Mineralſtoffe enthalten, mit jenen, welche hauptſächlich baſenbildende aufweiſen, durchgeführt wird.

Fleiſch, Eigerichte, Käſe, Mehlſpeiſen und Hülſenfruchtgerichte fordern als zweckmäßige Ergänzung ſtets Milch, Gemüſe, Kartoffeln oder Fruchtobſt!

An die Küchenpraxis iſt neben die Forderung einer richtigen Auswahl der Nahrungsmittel noch die der Erhaltung der vorhandenen Nährſtoffe, im beſonderen der Mineralſtoffe, zu ſtellen. Der größte Teil der Mineralſtoffe iſt in den Säften der Nahrungsmittel gelöſt enthalten. Saftverluſt bedeutet alſo auch Mineralſtoffverluſt! Daran iſt beim Waſchen und Zubereiten der Nahrungsmittel zu denken. Wenn die Nahrungsmittel lange Zeit der entziehenden Wirkung des Waſſers ausgeſetzt, alſo gewäſſert werden, ſo verlieren ſie wertvolle Beſtandteile. **Daher die Nahrungsmittel ſtets raſch, kalt, im unzerteilten Zuſtand waſchen!**

Als Zubereitungsverfahren ſind das Dünſten, Schmoren, Braten und Backen in dieſer Hinſicht beſonders günſtig, weil dabei alle Nährſtoffe erhalten bleiben. Werden Nahrungsmittel gekocht, ſo ſoll dies in möglichſt wenig Waſſer geſchehen; iſt der Geſchmack der Kochbrühe angenehm, ſo ſoll dieſe weiter verwendet werden.

Das Waſſer als Nährſtoff.

Das Waſſer bildet den Hauptbeſtandteil der Mehrzahl unſerer Nahrungsmittel. Auch in ſolchen von feſter Beſchaffenheit wie Fleiſch, Kartoffeln, Gemüſe, Obſt findet es ſich in einer Menge von 70 bis 90 Prozent. Dieſe Tatſache überraſcht, denn es tritt in ſolch großer Menge deshalb nicht in Erſcheinung, weil es vom Eiweiß, von der Stärke und vom Zellſtoff feſtgehalten wird und einen gewiſſen Quellungszuſtand dieſer Nahrungsbeſtandteile bedingt. Bei der Zubereitung der Speiſen wird erfahrungsgemäß noch viel Waſſer zugeſetzt, dazu kommt noch die Getränkeflüſſigkeit, ſo daß der tägliche Waſſerbedarf von 1½ bis 2½ Liter reichlich gedeckt wird. Das Waſſer iſt für unſeren Körper ebenſo lebensnotwendig wie alle übrigen Nährbeſtandteile. Es erhält die Zellen im richtigen Quellungszuſtand und iſt Hauptbeſtandteil aller Körperſäfte. In dieſer Eigenſchaft iſt es Transportmittel ſowohl für die Nährſtoffe, die in die Zellen gelangen müſſen, als auch für die Abfallſtoffe, welche fortzuſchaffen ſind. Die richtige Konzentration der Körperſäfte wird nicht nur durch die Mineralſtoffe, ſondern auch durch Waſſer geregelt und ſomit nimmt es in gleicher Weiſe wie die Mineralſtoffe Anteil am Verlauf des Stoffwechſels. Das Waſſerbedürfnis des Körpers wird durch das Durſtgefühl angezeigt.

Meiſt wird dem Körper mehr Flüſſigkeit zugeführt als nötig iſt. Der geſunde Körper ſcheidet den Überfluß zwar unbeſchadet aus durch die Atmung, die Haut und durch die Nieren, dennoch iſt vor Übermaß zu warnen. Reines Waſſer wird nämlich nur durch die Atmung ausgeſchieden; im Schweiß und im Harn dagegen ſind Mineralſtoff- und Stickſtoffverbindungen nachweisbar und wiſſenſchaftliche Verſuche brachten das Ergebnis, daß überreiche Waſſerzufuhr den Körper gewiſſermaßen ausſchwemmt.

Vitamine oder Ergänzungsſtoffe.

Unter dieſer Gruppe werden eine Reihe von Stoffen zuſammengefaßt, die ihrer Zuſammenſetzung nach zwar noch teilweiſe unerforſcht ſind, deren Bedeutung für unſer Leben und unſere Geſundheit aber wohl erkannt iſt. Je nach der Art der Erkrankungen, die durch ihr Fehlen hervorgerufen, oder durch ihr Vorhandenſein geheilt werden können, teilt man ſie in verſchiedene Gruppen ein, deren Bezeichnung als Vitamine A, B, C, D, E von amerikaniſchen Forſchern ſtammt und auch von uns übernommen wurde. Da die Vitamingruppen D, E im weſentlichen nur eine Ergänzung der Vitamingruppen A, B und C bilden und meiſt auch zuſammen mit dieſen vorkommen, iſt es für die Praxis der Normalernährung gerechtfertigt, wenn in folgenden Ausführungen und in der begleitenden

Gehalt einiger wichtiger Nahrungsmittel an Vitaminen A-B-C

Zeichenerklärung:

□ Vitamin fehlt, oder von einem in Betracht kommenden Vitamingehalt iſt nichts bekannt.

▥ Das Nahrungsmittel iſt von geringer Wirkſamkeit.

■ Das Nahrungsmittel iſt von bedeutender Wirkſamkeit.

■■ Das Nahrungsmittel iſt von höchſter Wirkſamkeit.

Nahrungsmittel enthalten	Vitamin A	Vitamin B	Vitamin C
Fleiſch			
Friſchfleiſch i. D.	■	▥	▥
Rauchfleiſch	□	□	□
Leber	■■	■	■
Milch, Käſe, Eier, Fett			
Kuhmilch, roh	■	▥	▥
Kuhmilch, kurz gekocht	■	▥	▥
Rahm	■	▥	▥
Rahmkäſe	■	▥	▥
Fettkäſe i. D.	■	▥	□
Hühner-Eigelb	■■	■	□
Butter	■	□	□
Schweinefett	■	□	□
Lebertran	■■	□	□
Öl	▥	□	□
Getreideerzeug., Hülſenfr.			
Weizenmehl	□	■	□
Roggenmehl	▥	■	□
Haferflocken	□	▥	□
Reis, poliert	□	□	□
Reis, unpoliert	□	■	□
Hülſenfrüchte	■	■	□

zuſammengeſtellt auf Grund der „Nahrungsmitteltabellen“ von Dr. Hermann Schall.

Nahrungsmittel enthalten	Vitamin A	Vitamin B	Vitamin C
Kartoffel, Samenobſt			
Kartoffel, roh . . .	▥	■	■■
Kartoffel, gekocht . .	▥	■	■
Haſelnüſſe, Walnüſſe	▥	▥	□
Fruchtobſt			
Äpfel	■	▥	■
Kirſchen	■	▥	■
Zwetſchgen	■	■	▥
Orangen	▥	■	■■
Johannisbeeren . .	■	■	■
Gemüſe			
Gurke	□	■	□
Tomate	■■	■	■■
Rote Rüben . . .	■	▥	▥
Rettich	▥	■■	□
Karotten	■	■	■
Perlzwiebel . . .	■	■	■
Spinat, roh . . .	■■	■	■■
Kopfſalat	■	■	■■
Roſenkohl	■	■	■■
Blumenkohl . . .	■	■	■■
Grüne Erbſ., Schoten	■	■	■■
Eingemachte Erbſen .	■	■	■
Grüne Bohnen . .	■	■	■
Eingemachte Bohnen	■	■	▥

Tabelle nur von den Gruppen A, B und C die Rede iſt. Ein dreifaches iſt nötig zu wiſſen: 1. Welche Wirkungen üben ſie aus bzw. welche Gefahren bringt ihr Fehlen: 2. Welche Eigenſchaften haben ſie und 3. wo kommen ſie vor, wo fehlen ſie? Prof. König führt darüber folgendes an:

Vitamin A.

Wirkung:

Fehlt Vitamin A, ſo hört das Wachstum auf, das Körpergewicht nimmt ab, es treten Störungen in der Knochenentwicklung ein, das Knochengewebe lockert ſich, nicht ſelten treten Erkrankungen der Bindehaut und Hornhaut der Augen auf.

Eigenſchaften:

Gegen Kochtemperatur iſt es verhältnismäßig unempfindlich, dagegen ſehr empfindlich gegen den Sauerſtoff der Luft, weshalb es beim Dörren und Trocknen der Nahrungsmittel zerſtört wird.

Über Vorkommen und Fehlen ſiehe Tabelle Seite 12/13.

Vitamin B.

Wirkung:

Fehlt Vitamin B, ſo ſtellen ſich Störungen des geſamten Stoffwechſels ein, der Appetit leidet, folglich wird zu wenig Nahrung aufgenommen. Die Funktion der Verdauungsdrüſen wird geſtört, die Darmperiſtaltik, welche für die Fortführung des Speiſebreies beſonders wichtig iſt, wird träge. Außerdem wird die Funktion der Nervenzellen geſtört, Lähmungserſcheinungen, Muskelſchwund und noch andere Krankheiten können die Folge davon ſein.

Eigenſchaften:

Es iſt löslich in Waſſer, beſonders in verdünnten Säuren (Obſtſaft,Gemüſeſaft). Den Hitzeeinwirkungen der üblichen Zubereitungsverfahren gegenüber verhält es ſich nahezu beſtändig. Dagegen wird es beim Pökeln und Räuchern ſowie beim Trocknen der Nahrungsmittel zerſtört.

Über Vorkommen und Fehlen ſiehe Tabelle Seite 12/13.

Vitamin C.

Wirkung:

Fehlt Vitamin C, ſo kann Skorbut entſtehen. Die Blutmiſchung wird dabei ungünſtig verändert, Blutungen in den Gelenken, im Zahnfleiſch und im Unterhautgewebe treten auf, Knochenmark und Knochengewebe erkranken.

Eigenſchaften:

Es iſt waſſerlöslich, ſauerſtoffempfindlich, verliert alſo durch langes Lagern und Trocknen und Dörren der Nahrungsmittel an Wirkſamkeit. Ebenſo ſchädlich iſt zu langes Kochen.

Über Vorkommen und Fehlen ſiehe Tabelle Seite 12/13.

Alle dieſe Krankheiten, welche durch das Fehlen der Vitamine hervorgerufen werden, nennt man Mangelkrankheiten, „Avitaminoſen“. Sie können geheilt werden durch den Genuß ſolcher Nahrungsmittel, welche die betreffenden Vitamine enthalten.

Für die Praxis der Ernährung tritt auch hier wieder das Gebot der guten Nahrungszuſammenſtellung in den Vordergrund. Die Tabelle gibt Anleitung dazu. Sie zeigt die Hochwertigkeit der Pflanzenkoſt, im beſonderen die der Gemüſe und ſtellt die Notwendigkeit, Fleiſch und Mehlgerichte durch Gemüſe und Obſt zu ergänzen, in helles Licht.

Für die Verwendung bzw. Verarbeitung der Nahrungsmittel in der Küche muß mit Rückſicht auf die Eigenſchaften der Vitamine folgendes beachtet werden:

1. Da die Vitamine B und C in Waſſer löslich ſind, iſt das Wäſſern der Nahrungsmittel, das Waſchen in zerkleinertem Zuſtand zu unterlaſſen.

2. Da dieſe Vitamine wie die Mineralſtoffe zum großen Teil im Saft der Nahrungsmittel gelöſt enthalten ſind, iſt dieſer Teil als der hochwertigſte Beſtandteil zu betrachten. Er muß alſo ſtets mitverzehrt werden. Das vorzeitige Einſalzen iſt, da ſaftentziehend, nachteilig. Es empfiehlt ſich, alle ſaftziehenden Salatgemüſe (Gurken, Rettiche, Tomaten) mit ſämiger Marinade (Rahm, Sauermilch, Mayonnaiſe) zuzubereiten, die Marinierung erſt unmittelbar vor dem Eſſen vorzunehmen und die Marinade mitzugenießen.

3. Da der Wert der Vitamine durch kurzes Erhitzen nicht weſentlich erniedrigt wird, langes Erhitzen dagegen ſchädlich wirkt, iſt die Zubereitungszeit nur auf das unbedingt notwendige Zeitmaß zu beſchränken. Öfteres Aufwärmen, das ſtundenlange Ziehen- und Dämpfenlaſſen an der Herdſeite — ein in früheren Zeiten ſehr beliebtes Verfahren — muß als ſchädlich beurteilt werden; desgleichen auch die Zubereitung der Speiſen in jenen Spargeräten, deren Benützung eine weſentliche Verlängerung der Erhitzungsdauer notwendig machen (Kochkiſte, Kochautomaten). Dieſe Tatſachen dürfen aber in ihrer Tragweite nicht überſchätzt werden. Der praktiſche und wirtſchaftliche Vorteil ſolcher „Selbſt- und Sparkocher" iſt ſo groß, daß auf ihre Benützung unter den heutigen Verhältniſſen nicht mehr verzichtet werden kann. Ohne Schwierigkeiten kann das wieder ausgeglichen werden, was uns hierbei verloren geht. Butterbrot oder etwas friſches Obſt als Nachtiſch oder als Zwiſchenmahlzeit, grüner Salat, Gurken, Rettich oder Tomaten als Zuſpeiſe gewählt, und wir können, wenn es uns nötig erſcheint, all die Spargeräte verwenden, welche der Hausfrau helfen, mit wenig Brennmaterial und unter geringem Zeitaufwand eine Mahlzeit zu bereiten. Ebenſowenig ſind Übertreibungen in anderer Hinſicht am Platz. Wenn eine Geſamtkoſt abwechſlungsweiſe aus Kartoffeln, Gemüſe, Obſt, Milch und Fleiſch beſtehen kann, ſo darf auf den Genuß roher Getreideflocken oder auf die Verwendung ungeſchälten Reiſes verzichtet werden. Ebenſowenig wäre gerechtfertigt, jedermann derbe blähende Kohlgemüſe im Rohgenuß zu bieten! Die Verwendung rohe Getreidefrüchte mit Schale oder ausgeſprochene Bevorzugung von Rohgemüſen jeder Art wäre notwendig, wenn die Geſamtkoſt aus irgendwelchen Gründen ſehr einſeitig gehalten werden muß oder wenn durch die Nahrung beſondere Heilerfolge erzielt werden ſollen.

IV. Das Nährſtoffbedürfnis des Menſchen

Rufen wir uns zunächſt noch einmal die Formen der Lebensäußerung des menſchlichen Körpers in das Gedächtnis zurück, welche die Notwendigkeit der Nahrungsaufnahme am deutlichſten erfaſſen laſſen. Dieſe Erſcheinungen ſind Wachstum, alſo Bildung von Körperſtoffen — Wärmeerzeugung und Arbeitsleiſtung!

Wieviel braucht der Menſch dazu von den Stoffen, die für ihn als Nahrung nötig ſind und als geeignet befunden wurden?

1. Zum Aufbau des Körpers und zu ſeiner Erhaltung brauchen wir in erſter Linie Waſſer, Eiweiß, Mineralſtoffe und Vitamine.

Der Waſſerbedarf des Erwachſenen iſt bei normalem Stoffwechſel auf 1½ bis 2½ Liter pro Tag zu veranſchlagen. Davon treffen ½ bis ⅔ auf eigentliche Flüſſigkeit, welche in Getränken, Suppen und Soßen aufgenommen werden. Der Reſt iſt in halbfeſten oder feſten Speiſen gebunden. Bei ſchwerer körperlicher Arbeit, bei hoher Außentemperatur, auch in Krankheitsfällen kann durch die damit verbundene Waſſerabgabe das Waſſerbedürfnis um ein Beträchtliches ſteigen.

An Eiweißſtoffen muß die Nahrung des Erwachſenen ſo viel enthalten, daß das erſetzt werden kann, was durch die Lebenstätigkeit abgenützt, verbraucht wird, alſo verloren geht. Bei günſtiger Zuſammenſetzung der Geſamtkoſt, d. h. wenn der Körper nicht durch überreiche Waſſerzufuhr ausgeſchwemmt wird, wenn genügend baſenbildende Mineralſtoffe aufgenommen werden und zur Wärme- und Krafterzeugung ausreichende Mengen an Kohlenhydraten und Fett verwendet werden können, dann geht der Körper mit ſeinen Eiweißbeſtandteilen außerordentlich ſparſam um.

Man hält heute eine tägliche Eiweißmenge von 50—75 Gramm (früher 100 bis 120 Gramm) für vollkommen genügend.

Die Menge an Mineralſtoffen im einzelnen anzugeben, dürfte wohl mehr allgemein intereſſierend ſein, als daß die folgenden Zahlenangaben der Hausfrau praktiſch verwendbares Material in die Hand geben. Man berechnet die tägliche Bedarfsmenge an

Phosphorverbindungen auf	3,5	bis	5,5	Gramm.
Natriumverbindungen auf	12	bis	15	Gramm.
Kaliumverbindungen auf	6	bis	8	Gramm.
Kalkverbindungen auf	1	bis	1,15	Gramm.
Magneſiumverbindungen auf	0,12	bis	0,134	Gramm.
Eiſenverbindungen auf	0,020	bis	0,030	Gramm.

Die Geſamtmenge an Mineralſtoffen ſoll demnach täglich zirka 22 bis 30 Gramm betragen. Die Kochſalzmenge iſt in den Natriumverbindungen dabei mit inbegriffen. (Dieſe Zahlen können aber nur einen Anhaltspunkt geben, denn die bis jetzt auf dieſem Gebiet gewonnenen Verſuchsergebniſſe weiſen zahlreiche Unſtimmigkeiten auf.)

Im Rahmen der Küchenpraxis des Haushaltes iſt eine rechneriſche Zuſammenſtellung oder rechneriſche Kontrolle des Mineralſtoffgehaltes der Nahrung unmöglich und auch unnötig. Denn wenn im Rahmen der Tageskoſt neben eiweiß- und fettreichen Nahrungsmitteln noch eine ausreichende Menge an Obſt, Gemüſe und Kartoffeln verzehrt wird, dann darf mit Sicherheit angenommen werden, daß auch das Mineralſtoffbedürfnis ſeine Deckung findet. Siebenmal ſo viel Gewicht an Obſt, Gemüſen und Kartoffeln verzehrt, als an Fleiſch und Eiern zugeführt wird, und der Mineralſtoffgehalt iſt ausreichend!

Noch weniger läßt ſich die nötige Menge an Vitaminen in Zahlen ausdrücken und kontrollieren. Auch hier darf angenommen werden, daß bei guter Miſchkoſt und beſonders dann, wenn täglich etwas Rohnahrung verzehrt wird, ausreichender Schutz vor Mangelerkrankungen gewährleiſtet wird.

2. Die Erzeugung der nötigen Wärme und Arbeitsfähigkeit wird durch die Verbrennung von Nährſtoffen ermöglicht.

Die Verbrennung iſt ein chemiſcher Vorgang, bei dem Energie frei wird. Wir benützen ſolche chemiſche Vorgänge als Energieſpender z. B. im Ofen zur Wärmeerzeugung, in der Taſchenbatterie zur Erzeugung von elektriſchem Strom, in den Leuchtziffern des Weckers zur Lichtbildung und im Körper zur Erzeugung von Wärme und Arbeitsfähigkeit.

Der menſchliche Körper hat die Eigenart, etwa zwei Drittel der bei der Verbrennung frei werdenden Energien zur Wärmeerzeugung, ein Drittel zur Arbeitsleiſtung zu verwenden. Nun beſteht aber zwiſchen Wärmemenge und Arbeitsleiſtung eine geſetzmäßige Beziehung, das heißt, eine beſtimmte Wärmemenge iſt gleichwertig einer beſtimmten mechaniſchen Arbeitsleiſtung. Deshalb gibt man das Nahrungsbedürfnis nicht geſondert als Wärme- und Kraftbedürfnis an, ſondern ſtellt es ſo dar, als ob die zur Verbrennung gelangenden Nährſtoffe nur der Wärmeerzeugung dienen würden.

Da die Wärmemenge in Kalorien gemeſſen wird, iſt es üblich geworden, die zur Kraft- und Wärmebildung nötigen Brennſtoffe in Kalorienwerten auszudrücken.

Die Wärmemenge, welche nötig iſt, einen Liter Waſſer um 1 Grad Celſius, z. B. von 15 auf 16 Grad zu erwärmen, iſt eine Kalorie. Dabei wird die gleiche Energiemenge verbraucht, welche nötig wäre, um eine Laſt von 426 Kilogramm einen Meter hoch zu ziehen.

Wie groß iſt nun der Kalorienbedarf des Menſchen innerhalb 24 Stunden?

Ein Menſch von 70 Kilogramm Gewicht benötigt im Zuſtand der Ruhe, alſo nüchtern, liegend, bei möglichſtem Ausſchluß geiſtiger Arbeit in 24 Stunden etwa 1600 bis 1700 Kalorien. Dieſe Zahl ergibt ſich aus dem Energieverbrauch durch die unſichtbare innere Arbeit (Atmung, Blutkreislauf) ſowie durch den Energieverbrauch zur Wärmeerzeugung. Bei einem Menſchen von geringerem Gewicht wird der Energieverbrauch geringer, hingegen bei einem Menſchen von größerem Gewicht größer. Dieſe Zahl von 1600 bis 1700 Kalorien bildet auch die Grundlage für die Berechnung des Kalorienbedarfes eines arbeitenden Menſchen gleichen Gewichtes. Nur muß hier noch der Energieverbrauch, der mit der Arbeitsleiſtung verbunden iſt, dazugerechnet werden. Hierüber veröffentlicht Dr. Winkel ein intereſſantes Zahlenmaterial.

Der Kalorienverbrauch pro Stunde beträgt bei:

geiſtiger Arbeit	7 bis 8,
Maſchinenſchreiben	16 bis 40,
Maſchinennähen	30, 40, 48, 60 bis 80,
leichter Buchbinderarbeit	43 bis 71,
ſchwerer Buchbinderarbeit	90,
Holzſägearbeiten	390 bis 430,
häuslichen Arbeiten (Abſtauben, Fegen, Putzen)	87 bis 174,
berufsmäßigem Waſchen	230,
Gehen	130 bis 200,
Radfahren	180 bis 300.

Dieſe Zahlen ergeben bei ihrer Anwendung auf den Tageslauf einer Hausfrau ungefähr Folgendes:

Für den Kalorienverbrauch des ruhenden Körpers ergibt ſich bei etwa 70 Kilogramm Gewicht eine Summe von	etwa 1600 Kal.,
dazu kommen 2 Stunden geiſtige Arbeit = 2 × 7 =	14 Kal.,
5 Stunden mittlere Hausarbeit = 5 × 120 =	600 Kal,.
2 Stunden Maſchinennähen = 2 × 40 =	80 Kal.,
3 Stunden Gehen = 3 × 150 =	450 Kal.,
ergibt nach dem übernommenen Zahlenmaterial einen Bedarf an etwa	2744 Kal.

Mit welchen Nährſtoffen iſt das Kalorienbedürfnis zu befriedigen?

Selbſtverſtändlich kommen hierfür nur brennbare Stoffe in Betracht.

1 Gramm Fett liefert 9,3 Kalorien, 1 Gramm Kohlenhydrate 4,1 Kalorien, 1 Gramm Eiweiß 4,1 Kalorien, 1 Gramm Eſſigſäure 3,5 Kalorien, 1 Gramm Zitronenſäure 2,5 Kalorien, 1 Gramm Milchſäure 3,7 Kalorien, 1 Gramm Alkohol 7 Kalorien.

Mit Rückſicht auf die ſchädlichen Schlacken, welche bei der Verbrennung von Eiweißſtoffen entſtehen, ferner auf ſonſtige Geſundheitsſtörungen, welche mit der Aufnahme von Alkohol und größeren Säuremengen verbunden ſind, wird dringend empfohlen, zur Deckung des Brennſtoffsbedarfs hauptſächlich Kohlenhydrate und Fette zu verwenden.

Tabelle S. 8/9 zeigt den Kalorienwert von je 100 Gramm der verſchiedenen Nahrungsmittel. Soll der Kalorienwert einer Tageskoſt berechnet werden, ſo muß nur die Menge der dazu verwendeten Nahrungsmittel feſtgeſtellt und dieſe auf die Kalorienzahl umgerechnet werden.

Solche Kalorienberechnungen finden in der Praxis der Normalküche eines Haushaltes wohl kaum Anwendung. Sie haben dagegen ihre volle Berechtigung bei Maſſenverköſtigung oder bei Krankenernährung. In beiden Fällen kann ſich entweder durch Geldknappheit oder aus diätetiſchen Gründen die Ernährung ſo ſchwierig geſtalten, daß eine regelmäßige Kontrolle notwendig iſt, die zeigt, ob die Geſamtkoſt unter ſolchen Umſtänden auch wirklich dem Ernährungsbedürfnis entſpricht. Für die Praxis der Normalküche genügt für die Hausfrau zu wiſſen, daß in der Tageskoſt des Erwachſenen, der eine ähnliche Arbeitsleiſtung auszuführen hat, wie im Beiſpiel gezeigt wurde, durch die Aufnahme von 50 bis 75 Gramm Eiweiß, 50 bis 60 Gramm Fett und etwa 400 Gramm Kohlenhydraten, fernerhin durch Zuführung ausreichender Mineral- und Ergänzungsſtoffe der Ernährungsbedarf gedeckt wird. Für jene Hausfrauen, welche ſich auch dieſer Kontrolle entziehen wollen, iſt Beobachtung des Geſundheitszuſtandes, des Gewichtes, der Arbeitsfähigkeit wichtig. Wenn eine Perſon bei ungeſtörtem Wohlbefinden, unverminderter Arbeitskraft gleichbleibendes Körpergewicht behält, ſo iſt das ein Zeichen, daß ſie ſich im Ernährungsgleichgewicht befindet, d. h., daß der Erhaltungs- und Betriebsſtoffwechſel durch die Nahrung einwandfrei gedeckt wird.

2. Hauptteil

I. Nährwert der Nahrung.
II. Die Verdaulichkeit der Nahrung.
III. Die Bekömmlichkeit der Nahrung.
IV. Ernährung und Wirtſchaft.

I. Der Nährwert der Nahrung

Im Rahmen der Tageskoſt ſollen dem Körper alle Nährſtoffe in einer ſeinen Bedürfniſſen entſprechenden Menge zugeführt werden. Um die Nahrung abwechſlungsreich zu geſtalten, ſollen heute dieſe und morgen jene Nahrungsgebilde verwendet werden. Wenn kein Nährſtoff fehlen, keiner im Überfluß zugeführt werden ſoll, iſt genaue Kenntnis der nährenden Beſtandteile der Nahrungsmittel nötig. Vorhandene Werte müſſen beſtmöglich erhalten werden, fehlende Beſtandteile müſſen zweckmäßigen Erſatz finden.

In folgenden Ausführungen ſind dieſe Geſichtspunkte bei den wichtigſten Nahrungsmitteln beſonders beleuchtet.

Kartoffeln.

Der Nährſtoffgehalt der Kartoffeln iſt nicht immer gleich. Er wird beeinflußt durch Witterungs- und Bodenverhältniſſe, und ſchließlich weiſen noch die verſchiedenen Sorten, ſelbſt wenn ſie unter gleichen Wachstumsbedingungen reifen, Verſchiedenheiten in der Nährſtoffmenge auf, wie ſie bei ſogenannten mehligen und ſpeckigen Kartoffeln ſinnfällig in Erſcheinung treten.

Im Durchſchnitt enthalten die geſchälten Kartoffeln:

75 Prozent Waſſer,
2 Prozent Eiweißſtoffe, welche zum Teil aus vollwertigen Eiweißſtoffen, zum Teil aus ungebundenen, beſonders wertvollen Eiweißbauſteinen beſtehen,
20 Prozent Stärke,
1 Prozent Zellſtoff,
etwa 1 Prozent Mineralſtoffe, vorwiegend Baſenbildner.

Die Vitamine der Gruppe A verleihen den gekochten Kartoffeln nur geringe Wirkſamkeit, die der Gruppe B und C dagegen bedeutende Schutz- und Heilwirkung.

Die Kartoffeln ſind alſo beſonders wertvoll wegen ihres Stärkereichtums; Waſſer und Zellſtoff machen ſie zu einem wertvollen Füllmittel.

Für die breite Maſſe der Stadt- und Landbevölkerung ſind die Kartoffeln Hauptnahrung. Bei einem Verzehr von 1 Kilo am Tag deckt ſie nahezu die Hälfte unſeres Bedarfes an Kohlenhydraten und Eiweißſtoffen. Das fehlende Fett kann durch die Zubereitung (röſten, backen) oder durch Milch und Milchprodukte ergänzt werden; die mangelnden Mineral- und Ergänzungsſtoffe können zweckmäßig durch den Genuß von Gemüſen einſchließlich Salaten erſetzt werden.

Kartoffeln bilden ferner zweckmäßige Beilage zu allen ſtärkearmen, fett- und eiweißreichen Gerichten, ſowie zu allen jenen Nahrungsmitteln, welche Säureüberſchuß liefern, z. B. zu Fleiſch-, Käſe- und Eigerichten. Daß die Kartoffeln in ſo reichlicher Menge täglich im Speiſezettel vertreten ſein können, ohne Widerwillen zu erzeugen, verdanken wir ihrem unausgeprägten Geſchmack. Durch Röſten, Zubereitung mit Milchſoße, mit Speck, durch Zugabe verſchiedener Kräuter, oder verarbeitet zu Gerichten aus Kartoffelteig, liefern ſie verſchiedenartige, aber immer wohlſchmeckende Speiſen. Bei ihrer Zubereitung iſt darauf zu achten, daß die waſſerlöslichen Nährbeſtandteile (Eiweiß, Mineralſtoffe, Vitamine) nicht verloren gehen. Werden die Kartoffeln in zerkleinertem Zuſtand, z. B. roh gerieben oder roh in feine Scheiben geſchnitten, gewäſſert, ſo geht der größte Teil ihrer wertvollſten Beſtandteile zu Verluſt. Nur durch Kochen in der Schale kann Erhaltung aller ihrer Nährſtoffe gewährleiſtet werden.

Gemüſe.

Zu dieſer Gruppe von Nahrungsmitteln zählt man verſchiedene Pflanzenteile:

z. B. Wurzeln (Rüben, Rettiche, Meerrettich, Sellerie, Schwarzwurzeln uſw.),
    Stengel (Spargel, Hopfenſproſſen uſw.),
    Blätter (Spinat, alle grünen Salate, Weißkraut, Blaukraut, Wirſing, Grünkohl uſw.),
    Blütenſproſſen (Roſenkohl, Blumenkohl),
    Früchte (Gurken, Tomaten, Erbſen, Bohnen).

Alle dieſe Gemüſe können roh, mit ſäuerlichen Marinaden gemiſcht, oder gekocht oder gedünſtet verzehrt werden.

(Im Volksmund erfährt der Begriff Gemüſe eine beträchtliche Einſchränkung, ſogar eine ganz andere Deutung. Alle jene Pflanzenteile, welche mit ſäuerlichen Marinaden gereicht werden, werden vielfach ausdrücklich nicht als Gemüſe, ſondern als Salate bezeichnet und ſcheiden ſomit von vorneherein aus. Oftmals iſt die Anwendung des Begriffes Gemüſe an eine beſtimmte Zubereitungsweiſe gebunden, wie aus den Beiſpielen Bohnenſalat — Bohnengemüſe, Spargelſalat — Spargelgemüſe deutlich erkennbar iſt. Gibt es im Volksmund nicht auch ein Reisgemüſe? Werden nicht ſchlechthin alle warmen Beilagen, auch Knödel, Nudeln, Mehlſpatzen als Gemüſe bezeichnet, bloß deshalb, weil ſie eine warme Zuſpeiſe bilden?)

Um allen Irrtümern vorzubeugen, ſei hier betont, daß es ſich bei den nun folgenden Ausführungen nur um die eingangs erwähnten Pflanzenteile handelt.

Hinſichtlich Zuſammenſetzung, alſo bezüglich Nährwert, ergeben ſich bei den einzelnen Gemüſegruppen, je nach Art der Pflanzenteile, wohl einige Unterſchiede, welche aus den Tabellen Seite 8/9, 12/13, 22/23 deutlich hervorgehen. Deſſenungeachtet dürfen aber doch folgende Durchſchnittsſätze angegeben werden:

80 bis 97%	Waſſer. Zu den waſſerärmeren rechnet man die Wurzelgemüſe, zu den waſſerreichſten alle grünen Salate, Spargel, Gurken, Tomaten.
1 bis 5%	Eiweißſtoffe. Die geringſte Menge trifft auf Gurken, Tomaten, Stengel- und Rübengemüſe, während die größere Menge im Spinat und in Kohlgemüſen zu finden iſt. Beſonders wichtig iſt, daß die Eiweißſtoffe alle vollwertig ſind, und neben dieſen noch beſonders wertvolle Eiweißbauſteine vorkommen.

2 bis 5% nährende Kohlenhydrate. Der ſüße Geſchmack mancher Gemüſe (Rüben und Tomaten) läßt ſchon auf Zucker ſchließen, und zwar kommen ſowohl Einfach- als auch Zweifach-Zucker vor. Andere Gemüſe wiederum, z. B. Peterſilienwurzeln, enthalten Stärke. Zu den kohlenhydratärmſten Gemüſen zählen die Stengel- und Blattgemüſe.

bis 2% Zellſtoff. Fällt bei den Gemüſen als derber Faſerbeſtandteil beſonders ſtark auf.

Fett kommt nur in ſo geringer Menge vor, daß es hier nicht hervorgehoben wird.

1 bis 2% Mineralſtoffe, welche davon in den einzelnen Gemüſen beſonders deutlich hervortreten, iſt auf S. 22/23 erſichtlich. Beſonders ſei hier auf den außerordentlichen Mineralſtoffwert der Gurke aufmerkſam gemacht. Von großer Bedeutung für den Stoffwechſel iſt die Tatſache, daß die Mineralſtoffe der Gemüſe vorwiegend Baſenüberſchuß liefern.

Die Vitamine der Gruppen A, B und C verleihen den Gemüſen bedeutende, zum Teil höchſte Wirkſamkeit.

Zuſammenfaſſend wird betont, daß der Wert der Gemüſe nicht auf dem Gehalt an wärmeſpendenden Stoffen oder an Eiweiß begründet iſt, ſondern in erſter Linie in den Mineral- und Ergänzungsſtoffen liegt. Nicht unerwähnt darf hier der Zellſtoff bleiben, dem ob ſeiner derbfaſrigen Beſchaffenheit großer Wert als darmreinigender Faktor beizumeſſen iſt. Im Verein mit der in den Gemüſen enthaltenen großen Waſſermenge ſind ſie, wie die Kartoffeln, ein hervorragendes Füllmittel.

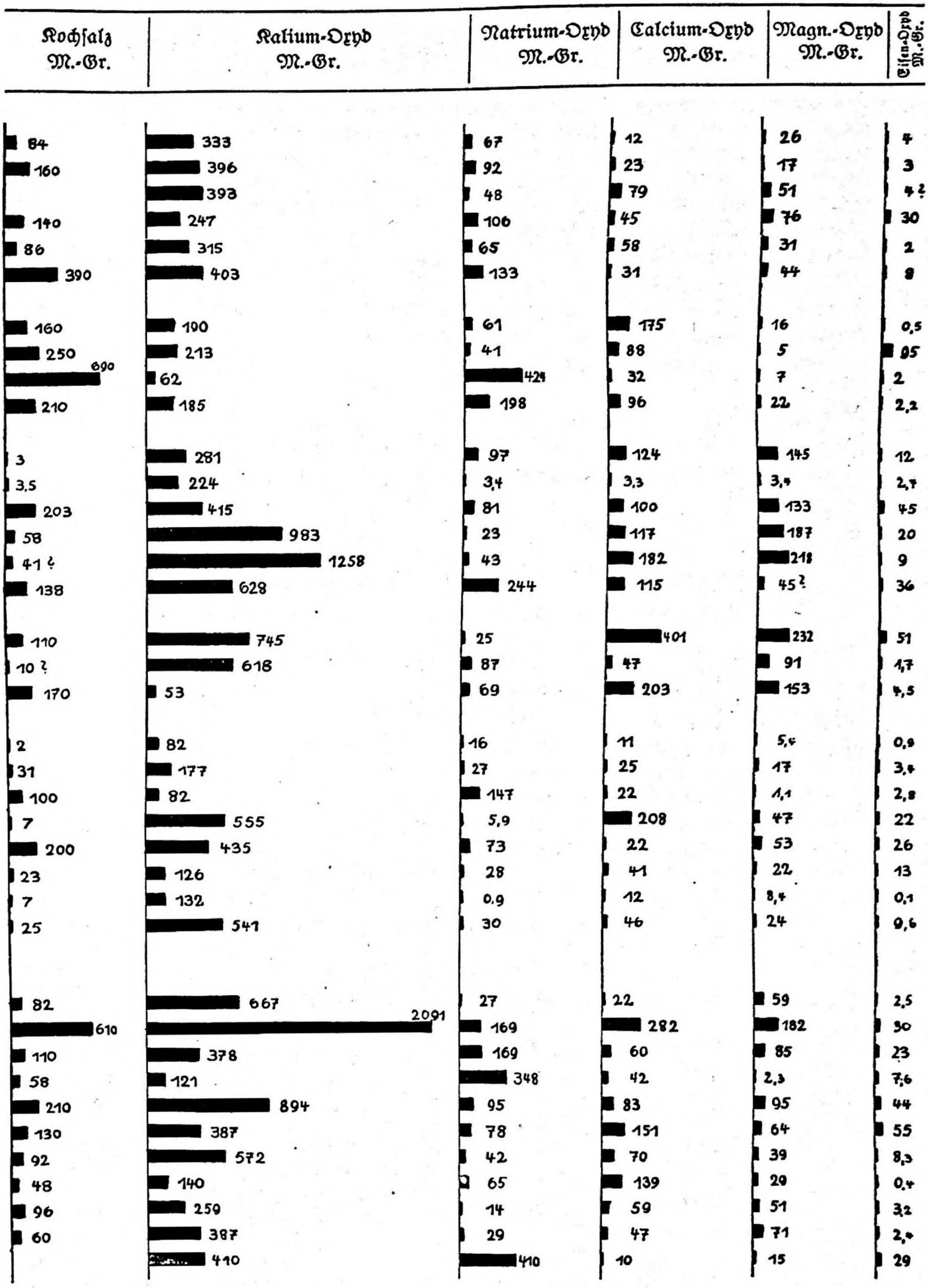
In die tägliche Koſt eingereiht, gelten die Gemüſe mit Recht als wertvollſte Ergänzungsnahrung. In der Zuſammenſtellung — Kartoffeln und Gemüſe — erhöhen letztere den Eiweißgehalt und liefern die den Kartoffeln fehlenden Mineral- und Ergänzungsſtoffe; Fett muß bei der Zubereitung zugeſetzt werden. Zu Fleiſch-, Ei- und Mehlgerichten bildet das Gemüſe unentbehrliche Beilage.

Wenn das Gemüſe ſeine Aufgabe als Ergänzungsnahrung erfüllen ſoll, ſo muß große Sorgfalt auf die Erhaltung der wertvollen Beſtandteile gelegt werden. Die Mineral- und Ergänzungsſtoffe ſowie die Eiweißſtoffe ſind zum größten Teil im Saft gelöſt. Somit bedeutet Saftverluſt faſt vollſtändige Entwertung! Dies ſei bedacht ſchon bei der Reinigung: Gemüſe nur im ganzen Zuſtand, nicht zerkleinert, waſchen, nicht wäſſern, das ſei als alte Regel hier nochmal in Erinnerung gebracht. Hinſichtlich Zubereitung iſt jenen Gemüſen, welche roh verzehrt werden können, größter Wert beizumeſſen (Rettich, Tomaten, Gurken, grüne Salate, auch zarte gelbe Rüben und zarte rote Rüben). Einer alten Gewohnheit entgegenzuwirken, ſei hier betont, daß das „Ziehenlaſſen" durch frühzeitiges Einſalzen, wie das bei Rettichen und Gurken vielfach beliebt iſt, zu unterlaſſen iſt; dieſe Gemüſe ſind erſt unmittelbar vor Genuß zu ſalzen, und jene Gemüſe, bei denen der Saft leicht ausſtrömt, wie Gurken und Tomaten, ſind mit einer ſämigen Marinade (Sauermilch, Sauerrahm, Mayonnaiſe) zu marinieren, weil dieſe leicht mitverzehrt werden kann. Alle anderen Gemüſe, welche wegen ihres Gehaltes an ſehr derben Faſerſtoffen oder an Bitterſtoffen zum Rohgenuß weniger gut geeignet ſind, ſollen grundſätzlich gedünſtet werden. Bei dieſem Zubereitungsverfahren wird nur wenig

Gehalt einiger wichtiger Nahrungsmittel an Mineralſtoffen

100 Gr. enthalten	Phosphor Pentoxyd M.-Gr.	Schwefel-Trioxyd M.-Gr.	Chlor M.-Gr.
Fleiſch			
Rindfleiſch, mittelfett	642	845	51
Kalbfleiſch, mittelfett	555	424	74
Schweinefleiſch, mittelfett	465	273	48
Leber	641	11 ?	89
Karpfen	267	793	752 ?
Schellfiſch	373	537	241
Milch, Käſe, Hühnerei			
Kuhmilch	168	99	97 ?
Quark, friſch	441	289	152
Butter	48	244	420
Hühnerei	515	598	127
Getreide, Hülſenfrüchte			
Reis, halbpoliert	844	1084	1,8
Weizenmehl, Weißmehl	221	2.5	2,1
Hafermehl	462	411	123
Erbſen, gelb getrocknet	857	82 ?	36
Gartenbohne, getrocknet	1015	116 ?	25 ?
Linſen, reiſe getrocknet	656	665	84
Samenobſt			
Haſelnuß	810	496	67
Kaſtanie, Edelkaſtanie	221	47 ?	6,3 ?
Walnuß	933	373	101
Fruchtobſt			
Kernobſt (Äpfel)	22	36	1,5
Birnen	49	18	19
Steinobſt, Kirſchen ſüß	43	50	61
Apfelſinen (Orangen)	96	36	4,4
Bananen	98	71	122
Erdbeeren	87	32	14
Johannisbeeren, rot	22	63	4
Weintrauben	168	41	15
Kartoffel, Gemüſe, Pilze			
Kartoffel, geſchält	180	287	50
Gurke	530	231	370
Tomate, Fleiſch	93	47	69
Rote Rüben	70	15	35
Spinat	376	270	127
Kopfſalat	94	39	79
Weißkohl	216	162	37
Blumenkohl	132	84 ?	29
Schnittbohnen	52	110	58
Grüne Erbſen, Schoten	283	151	36
Pfifferlinge	97	95	

Entnommen den „Nahrungsmitteltabellen“ von Dr. Hermann Schall.



Kochſalz M.-Gr.	Kalium-Oxyd M.-Gr.	Natrium-Oxyd M.-Gr.	Calcium-Oxyd M.-Gr.	Magn.-Oxyd M.-Gr.	Eiſen-Oxyd M.-Gr.
84	333	67	12	26	4
160	396	92	23	17	3
	393	48	79	51	4 ?
140	247	106	45	76	30
86	315	65	58	31	2
390	403	133	31	44	8
160	190	61	175	16	0,5
250	213	41	88	5	95
690	62	424	32	7	2
210	185	198	96	22	2,2
3	281	97	124	145	12
3.5	224	3,4	3,3	3,4	2,7
203	415	81	100	133	45
58	983	23	117	187	20
41 ?	1258	43	182	218	9
138	628	244	115	45 ?	36
110	745	25	401	232	51
10 ?	618	87	47	91	1,7
170	53	69	203	153	4,5
2	82	16	11	5,4	0,9
31	177	27	25	17	3,4
100	82	147	22	1,1	2,8
7	555	5,9	208	47	22
200	435	73	22	53	26
23	126	28	41	22	13
7	132	0.9	12	8,4	0,1
25	541	30	46	24	9,6
82	667	27	22	59	2,5
610	2091	169	282	182	30
110	378	169	60	85	23
58	121	348	42	2,3	7,6
210	894	95	83	95	44
130	387	78	151	64	55
92	572	42	70	39	8,3
48	140	65	139	29	0,4
96	259	14	59	51	3,2
60	387	29	47	71	2,4
	410	410	10	15	29

Waſſer zugeſetzt, ſo daß der Saft des Gerichtes leicht mitgenoſſen werden kann. Manche Gemüſe können aber wegen allzu reichlich vorhandener Bitterſtoffe (Grünkohl, manchmal auch Spinat) nicht immer gedünſtet werden; es erweiſt ſich hier vorteilhafter, ſie zu kochen, desgleichen, wenn auf die Erhaltung ſchöner Farbe und guter Form beſonderer Wert gelegt wird. In dieſem Fall ſetze man die Gemüſe, um die Waſſermenge möglichſt einzuſchränken, in engen Kochgefäßen zu. Um die Zubereitungsdauer zu verkürzen, ſind die Gemüſe in kochendem Waſſer anzuſetzen. Wenn auch der Geſchmack mancher Gemüſe, insbeſondere der Kohlarten, durch wiederholtes Aufwärmen milder und ausgeglichener wird, ſo iſt das mit Rückſicht auf die Vitaminwirkſamkeit zu vermeiden.

Kurze Garzeit — Safterhaltung! Das ſind die Grundſätze für die Gemüſezubereitung.

Obſt.

Zwiſchen den verſchiedenen Obſtarten zeigen ſich hinſichtlich Zuſammenſetzung ſo weſentliche Unterſchiede, daß Nährwert und Verwendungsmöglichkeit bedeutend voneinander abweichen. Von ähnlicher Zuſammenſetzung ſind die verſchiedenen Fruchtobſtarten, zu welchen Stein-, Kern- und Beerenobſt zählen; dieſen gegenüber ſteht das Samenobſt mit ganz anderer Zuſammenſetzung und Beſchaffenheit.

Damit rechtfertigt ſich die Einteilung in zwei Gruppen: Fruchtobſt — Samenobſt.

Fruchtobſt.

Die gangbarſten Obſtſorten enthalten:

81 bis 85%	Waſſer.
½ bis 1%	Eiweißſtoffe. Die Obſtfrüchte ſind die eiweißärmſten Nahrungsmittel. In der kleinen Menge ſind aber ebenſo wie in den Gemüſen ſehr wertvolle Eiweißbauſteine enthalten.
10 bis 17%	nährende Kohlenhydrate. In erſter Linie handelt es ſich hier um Einfachzucker, daneben treten auch noch Doppelzucker auf. Je nach Reifeſtadium kann im Fruchtobſt auch Stärke nachgewieſen werden. Schließlich ſind hier noch die Pektinſtoffe zu nennen, welche das Gelieren eingekochter Fruchtſäfte hervorrufen.
½ bis 5%	Zellſtoff. Dieſer bildet die Zellwände des Fruchtmarkes und ſoll nach Rubner im Gegenſatz zu anderen Zelluloſen verdaulich ſein.
½ bis 3%	Pflanzenſäuren (Äpfel-, Wein-, Zitronenſäure u. a.). Sie ſind nicht nur des Geſchmackes wegen, ſondern auch auf Grund ihres Brennwertes von Bedeutung.
	Fett kommt nur in ſo geringen Spuren vor, daß es für den Nährwert gar nicht ins Gewicht fällt.
bis 1%	Mineralſtoffe. Die Säurebildner treten im Gegenſatz zu den Baſenbildnern ſtark zurück, ſo daß der Baſenüberſchuß des Fruchtobſtes ausdrücklich betont werden darf. Da Obſt oft in ſehr reichlicher Menge verzehrt wird, kann ein großer Teil des Mineralſtoffbedarfes damit gedeckt werden.

Die Vitaminwirkung des Fruchtobſtes iſt ähnlich der des Gemüſes zu beurteilen. Es gehört zu den in dieſer Hinſicht wertvollſten Nahrungsmitteln.

Gemüſe und Fruchtobſt verglichen, ergibt, daß die Früchte die Gemüſe an Brennſtoffwert überragen, daß ihnen hinſichtlich Mineral- und Ergänzungsſtoffen annähernd gleicher Wert beigemeſſen werden kann. Fruchtobſt darf nicht, wie früher allgemein üblich, nur als geſchmack- und verdauungsförderndes Genußmittel gewertet werden, ſondern es muß vielmehr als wertvolles Ergänzungsnahrungsmittel in die Tageskoſt eingereiht werden.

Obſt am Vormittag und Nachmittag als Zwiſchenmahlzeit aufgenommen, hat wegen ſeiner belebenden und erfriſchenden Wirkung hier beſondere Bedeutung: Es löſcht den Durſt durch ſeinen Säure- und Waſſergehalt und führt, da ein großer Teil ſeiner nährenden Beſtandteile gleich reſorbiert werden kann, dem Körper raſch verwendbares Material zu, ſorgt durch ſeine Mineral- und Ergänzungsſtoffe für Belebung des Stoffwechſels.

Obſt nach den Mahlzeiten genoſſen, ergänzt etwa fehlende Mineralſtoffe und Vitamine und regt in hervorragender Weiſe durch Säuren und Zellſtoff die Verdauung an.

Vor den Hauptmahlzeiten eingenommen, hat es beſondere Bedeutung deshalb, weil es ſchon zur Füllung des Magens beiträgt, ehe die eigentliche Mahlzeit folgt. Es ſchützt dadurch Vieleſſer vor überreicher, vielleicht belaſtender Nahrungsmenge.

Die Nährſtofferhaltung fällt bei Obſt viel weniger ſchwierig als bei Gemüſe. Denn die Früchte werden von den meiſten Menſchen mit Vorliebe roh verzehrt. An dieſer Stelle ſei betont, daß Obſtſchalen und Kerngehäuſe wegen ihrer darmreinigenden Wirkung mitgenoſſen werden ſollen. Selbſt wenn Obſt in gekochtem Zuſtand gegeſſen wird, ſo iſt durch ſeine kurze Garzeit und dadurch, daß die Brühe doch immer mitgegeſſen wird, keinerlei Nährſtoffverluſt zu befürchten.

Samenobſt.

Mandeln, Nüſſe aller Art werden in der Normalernährung aus wirtſchaftlichen Gründen im allgemeinen abgelehnt. Sie kommen zur Verwendung bei der Herſtellung von Gebäcken, vervollſtändigen den Inhalt eines ſchönen Fruchtkorbes oder den Wanderproviant, mitunter auch die Tageskoſt des modernen Reformköſtlers. Folgende Nährwertüberſicht läßt ſeine Verwendung beurteilen.

Samenobſt enthält:

5 bis 25%	Waſſer,
10 bis 27%	durchwegs vollwertige Eiweißſtoffe,
35 bis 60%	Fett (daher ſeine Verwendung in der Fettinduſtrie),
7 bis 38%	Zucker bzw. Stärke (die Höchſtzahl trifft auf Kaſtanien),
bis 3%	Zellſtoff,
3%	Mineralſtoffe, die ſäurebildenden Mineralſtoffe übertreffen die baſenbildenden weſentlich, ſo daß das Samenobſt als Säureüberſchuß lieferndes Nahrungsmittel bezeichnet werden muß.

Hinſichtlich Vitaminwirkung ſteht das Samenobſt weit hinter dem Fruchtobſt zurück. Nicht nur die in der Tabelle 12/13 angeführten Walnüſſe und Haſelnüſſe, ſondern auch alle übrigen Samenfrüchte enthalten faſt kein Vitamin C, und ihre Wirkſamkeit auf Grund der Vitamine A und B iſt nur gering.

Das Samenobſt fällt alſo im Vergleich zu den bisher bewerteten Nahrungsmitteln durch Waſſerarmut, Eiweiß- und Fettreichtum auf.

Es iſt arm an Ballaſtſtoffen — reich an Nährſtoffen! In der Verbindung mit Fruchtobſt wird vom rein hygieniſchen Standpunkt aus das Ernährungsproblem in einwandfreier Weiſe gelöſt. Nüſſe, gerieben oder gehaſpelt, über Obſtfrüchte oder Gemüſeſalat geſtreut, ergänzen vorzüglich deren Eiweiß- und Fettmangel.

In der Normalkoſt dürfte jedoch die Wahl anderer Eiweiß- und Fettträger aus rein privatwirtſchaftlichen und volkswirtſchaftlichen Gründen angezeigt erſcheinen.

Hülſenfrüchte.

Die in den ſie umgebenden Hülſen ausgereiften, getrockneten Samen der Erbſen, Bohnen, Linſen und anderer Schmetterlingsblütler heißen Hülſenfrüchte. Für die menſchliche Ernährung kommen ausſchließlich die drei erſtgenannten zur Verwendung.

In den tabellariſchen Überſichten fallen die Hülſenfrüchte durch ihren großen Eiweiß- und Kohlenhydratgehalt ſowie ihre anſehnliche Mineralſtoffmenge ſofort auf. Im einzelnen muß hier noch Weſentliches ergänzt werden. Die Hülſenfrüchte enthalten im Durchſchnitt:

12 bis 14%	Waſſer,
bis 25%	Eiweißſtoffe, die im Gegenſatz zu den bisher beurteilten Nahrungsmitteln nicht vollwertig ſind, da wichtige Eiweißbauſteine fehlen,
bis 2%	Fett (im Zuſammenhang damit ſind die Hülſenfrüchte durch ihren Lezithingehalt von großem Wert),
bis 50%	Kohlenhydrate, vorwiegend Stärke,
bis 5%	Zellſtoff von beſonders derber Beſchaffenheit,
bis 3%	Mineralſtoffe, vorwiegend Baſenbildner.

Vitamin C fehlt vollkommen. Die Wirkſamkeit der Hülſenfrüchte durch Vitamine A und B iſt bei ganz friſch getrockneten Hülſenfrüchten bedeutend; durch längeres Lagern und durch die lange Garzeit, deren die Hülſenfrüchte bedürfen, verlieren ſie außerordentlich an Wert, ſo daß ihre Vitaminwirkung im ganzen betrachtet als gering beurteilt werden muß.

Ohne Zweifel ſind Hülſenfrüchte dennoch wertvolle Nahrungsmittel! Die fehlenden Eiweißbauſteine, der Fett- und Vitaminmangel ſowie der Säureüberſchuß durch die Mineralſtoffe können einwandfrei ausgeglichen werden, wenn die Tageskoſt im übrigen noch Milch, Gemüſe und Obſt enthält. Denn gerade dieſe Nahrungsmittel beſitzen jene Eiweißbauſteine, welche den Hülſenfrüchten fehlen, ſo daß deren großer Eiweißgehalt trotzdem voll ausgewertet werden kann. Eine Hülſenfruchtſuppe bildet eine nahrhafte, nachhaltende Unterlage für Gemüſekoſt oder für leichte, weniger ausgiebige Mehlſpeiſen. Hülſenfruchtbrei mit Sauerkraut und fettem Schweinefleiſch kann als einwandfreie Koſtzuſammenſtellung bewertet werden. Dadurch, daß die Hülſenfrüchte noch dazu ſehr billig ſind, können ſie gewiſſermaßen die Eiweißſtütze der Volksernährung bilden; aber wohlgemerkt nur dann, wenn das unvollkommene Hülſenfruchteiweiß durch die geeigneten Eiweißbauſteine der Gemüſe, des Obſtes oder der Milch ergänzt wird.

Getreideprodukte — Teigwaren — Brot.

Die Getreidefrüchte ſpielen in unſerer Ernährung eine ſehr bedeutende Rolle. Die Körner der verſchiedenen Getreidearten — Weizen, Roggen, Gerſte, Hafer, Hirſe, Buchweizen, Mais und Reis — werden entweder in ihrer urſprünglichen Form verwendet (Reis, Mais) oder die Körner werden zu Flocken gequetſcht oder papierdünn aufgehaſpelt oder zu Graupen und Schroten verarbeitet.

In der Hauptſache verwenden wir aber Getreidemehle. Sie dienen zur Bereitung von Suppen, zum Dicken von Soßen, zur Herſtellung von Mehlſpeiſen, Teig- und Backwaren. Ihre Verwendung iſt ſo alltäglich und ſelbſtverſtändlich, daß die „Mehlkoſt" als eine beſondere Koſtform betrachtet und beurteilt werden muß.

Die einzelnen Produkte ſowie die ganzen Körner der verſchiedenen Getreidearten weiſen hinſichtlich Zuſammenſetzung nur unweſentliche Verſchiedenheiten auf, ſo daß für die Praxis der Normalkoſt die Angabe einer Durchſchnittsmenge vollauf richtig orientiert.

Der Waſſergehalt von 12 bis 14 Prozent reiht ſie in die Gruppe der waſſerärmſten Nahrungsmittel ein. Ferner beſitzen die Getreideerzeugniſſe

12 bis 14%	Eiweißſtoffe, denen aber wichtige Eiweißbauſteine fehlen,
0,5%	Fett,
70 bis 75%	Stärke,
bis 4%	Zellſtoff,
bis 2%	Mineralſtoff, überwiegend Säurebildner.

Ihre Vitaminwirkſamkeit iſt äußerſt gering.

Das Gepräge der „Mehlkoſt" iſt alſo Stärke- und Eiweißreichtum, Säureüberſchuß und Vitaminmangel!

Die Mehlkoſt bedarf alſo, wenn die Entſtehung von Ernährungsſchäden verhütet werden ſoll, unbedingt einer entſprechenden Ergänzung dadurch, daß die Eiweißſtoffe durch Zufügung der den Getreiden fehlenden Eiweißbauſteine aufgewertet werden, ferner dadurch, daß Nahrungsmittel mit baſenliefernden Mineralſtoffen und mit bedeutender Vitaminwirkung dazugegeben werden.

Erſcheint die Mehlkoſt in Geſtalt einer Mehlſpeiſe (Strudel, Rohrnudeln, Pudding, Auflauf) als Hauptgericht in der Tageskoſt, ſo wird am beſten Obſt dazu gegeben; an Stelle der Suppe kann zweckmäßig Gemüſe geboten werden. Milch und Fett werden in dieſen Mehlſpeiſen meiſt bei der Zubereitung beigefügt.

Mehlbeilagen (Mehlſpätzle, Knödel, Teigwaren) in Verbindung mit Fleiſchgerichten bilden eine wenig günſtige Miſchung. Beſonders in Süddeutſchland iſt dieſe Zuſammenſtellung eine ſeit Jahrhunderten beſtehende Volkskoſt. Sie iſt zwar ausgiebig und nachhaltig, ihr Charakteriſtikum iſt aber Eiweißfülle und Säureüberſchuß! Es wird wohl in abſehbarer Zeit kaum möglich ſein, die in der breiten Maſſe des Volkes in Sitten und Gebräuchen ſo feſt verankerte Koſtform zu ändern. Weſentliches wäre aber ſchon damit gedient, wenn die Unzweckmäßigkeit dieſer Zuſammenſtellung einmal erkannt werden würde, um Überfluß und Mangel ſolcher Mahlzeiten durch entſprechende Zuſpeiſen zu beſeitigen (z. B. ſtatt Suppe Obſt oder Gemüſe, zur Veſper Obſt, zur zweiten Hauptmahlzeit Gemüſe).

Die Backwaren, insbeſondere das Brot, bilden eine unentbehrliche Beikoſt. Milch und Brot, Obſt und Brot, Brot und Butter, Butterbrot und Käſe, Butterbrot und Rettich, Butterbrot und Tomaten, das ſind außerordentlich günſtige Zuſammenſtellungen, in welchen unſer Nährſtoffbedürfnis vollauf Befriedigung finden kann. Sie gewinnen beſonderen Wert, wenn an Stelle des Weißbrotes Schwarzbrot verwendet wird.

Ein Rückblick auf die Reihe der pflanzlichen Nahrungsmittel läßt große Unterſchiede in deren Zuſammenſetzung erkennen.

Kartoffel — Gemüſe — Fruchtobſt einerſeits zeichnen ſich aus durch bedeutende Vitaminwirkſamkeit und durch baſenbildende Mineralſtoffe. Sie ſind aber arm an Fett- und Eiweißſtoffen.

Samenobſt — Hülſenfrüchte — Getreideerzeugniſſe andererſeits treten hervor durch Eiweißfülle, durch Fett- und Kohlenhydratreichtum. Sie ſind aber von geringer Vitaminwirkſamkeit, ihre Mineralſtoffe ſind Säurebildner. Beide Nahrungsmittelgruppen miteinander vereinigt, geben ein wertvolles Ganzes; in rein hygieniſcher Hinſicht ein einwandfreies Nahrungsgemiſch. Wir können alſo durch Pflanzennahrung unſer Nährſtoffbedürfnis voll befriedigen.

Zu den tieriſchen Nahrungsmitteln zählen Milch, Milchprodukte, Eier und Fleiſch.

Milch und Milchprodukte.

Von den verſchiedenen Milcharten, welche für die menſchliche Ernährung geeignet ſind, findet die Kuhmilch die vielſeitigſte Verwendung. Sie iſt immer gemeint, wenn nur kurz von „Milch" die Rede iſt.

An Nährſtoffen enhält die Milch:

87% Waſſer,
3,4% Eiweißſtoffe, welche alle für den Körper wichtigen Eiweißbauſteine aufweiſen, alſo vollwertig ſind,
3,6% Fett,
4,8% Milchzucker,
0,75% Mineralſtoffe, vorwiegend Baſenbildner.

Die Vitamine der Gruppe A verleihen der Milch bedeutende Wirkſamkeit, dagegen iſt ihre Schutz- und Heilwirkung durch Vitamine B und C kaum nennenswert.

Die Milch birgt wertvolle Nährſtoffe! Durch ihr vollwertiges Eiweiß ſowie durch Fett und baſiſch wirkende Mineralſtoffe iſt ſie als Ergänzungsnahrungsmittel hoch einzuſchätzen. Dem Kaffee- und Teegetränk verleiht die Milch erſt Nährſtoffe. Milch als durſtlöſchendes Getränk zu den Hauptmahlzeiten gereicht, iſt beſonders dann von Wert, wenn letztere nur aus Gemüſe und Kartoffeln beſtehen. Suppen und Gemüſe erfahren durch Auffüllen mit Milch eventuell nötige Eiweiß- und Fettbereicherung. In Mehlſpeiſen hilft ſie das unvollkommene Getreideeiweiß ergänzen und ſtellt den überſchüſſigen Säuren, welche die Mineralſtoffe des Mehles und der Eier liefern, freie Baſen gegenüber.

Der Sauermilch kommt außer den genannten Vorzügen der Friſchmilch noch beſondere Bedeutung durch ihren Gehalt an Milchſäure zu. Dieſe bildet ein vorzügliches Darmreinigungsmittel, hilft Abfallſtoffe beſeitigen und vernichtet ſchädliche Fäulnisbakterien. Aber auch ſie kann nur Ergänzungsnahrung ſein, weil die Menge der Nährſtoffe zu gering iſt, zu viel Ballaſtſtoffe mit aufgenommen werden müſſen, wenn ihre nährenden Beſtandteile ins Gewicht fallen ſollen. Bildet ſie, wie bei der Milchwirtſchaft treibenden Bevölkerung, den Grundſtock der Ernährung, ſo kann ſie dieſe Vorzugsſtellung nur dann auf die Dauer behaupten, wenn kohlenhydrat- und fetthaltige Nahrungsmittel dazu genoſſen werden. Die tägliche Milchſuppe wird dann nie ohne Brot oder Kartoffeln verzehrt werden, oder es wird ihr Nährwert durch Einkochen von Getreideprodukten wie Mehl, Grieß, Haferflocken, Reis uſw. weſentlich erhöht.

Von beſonderem Wert ſind die aus der Milch gewonnenen **Milchprodukte**. Das Eiweiß der Milch wird zur Topfen- und Käſebereitung verwendet, das Fett der Milch dient der Rahm- und Buttergewinnung.

Ein Einblick in die Entſtehung dieſer Produkte ſoll von ihrem Werte überzeugen.

Wird Sauermilch an der Herdſeite langſam erwärmt, ſo gerinnt ein Teil ihrer Eiweißſtoffe und ballt ſich mit dem Käſeſtoff der Milch (Käſeſtoff iſt das wertvollſte Milcheiweiß) zuſammen und läßt das Milchwaſſer als klare, grünliche Flüſſigkeit austreten. Durch Abſeihen werden die geronnenen und zuſammengeballten Eiweißſtoffe vom Milchwaſſer befreit; die feſte, weiße, je nach Fettgehalt der Milch leicht gelbliche Maſſe, Topfen oder Quark genannt, kann zu allen möglichen ſüßen und ſalzigen Gerichten weiter verarbeitet werden. (In manchen Gegenden wird die Sauermilch nicht erhitzt, ſondern nur durch Abſeihen möglichſt vollkommen vom Michwaſſer befreit.)

Der **Topfen oder Quark** enthält alſo das Eiweiß der Milch und, je nachdem ob Vollmilch oder Rahm dazu verwendet wird, auch das wertvolle Milchfett in konzentrierter Menge. Mit einem Eiweißgehalt von 17,2 Prozent gehört Topfen zu den eiweißreichſten Nahrungsmitteln. Da ein Teil der baſenbildenden Mineralſtoffe mit dem Milchwaſſer abgegoſſen wird, überwiegen die zurückbleibenden Säurebildner.

Auch zur **Käſebereitung** wird das Eiweiß der Milch entweder durch Säuern oder durch Labzugabe vom Milchwaſſer geſchieden. Da Eiweiß und Fett innig miteinander gemiſcht ſind, enthält der Käſe je nachdem, ob als Ausgangsmaterial Magermilch, Vollmilch oder Rahm verwendet wurde, entſprechende Fettmengen. Durch die Einwirkung verſchiedener, nach Wahl zugeführter Bakterien, wird allmählich jenes eigenartig riechende und ſchmeckende Produkt gewonnen, das wir Käſe nennen.

Mit einem Eiweißgehalt von 13 bis 37 Prozent und einer Fettmenge von 1 bis 33 Prozent iſt Käſe zu den hochwertigſten Nahrungsmitteln zu rechnen. Käſe iſt gleich dem Topfen ſehr wohl dazu geeignet, im Rahmen der Tageskoſt Hauptnahrung zu bilden. Seine Mängel werden durch kohlenhydrathaltige und wenn nötig fetthaltige Beinahrung ausgeglichen (Kartoffeln, Brot, Butter). Da Topfen und Käſe aus der Milch gewonnen werden, fehlen ihnen auch wichtige Mineral- und Ergänzungsſtoffe. Bilden dieſe Produkte wie bei der Milchwirtſchaft treibenden Bevölkerung den Hauptteil der Ernährung, ſo kann die Notwendigkeit regelmäßiger Gemüſe- und Obſtzufuhr nicht genug betont werden.

Das **Milchwaſſer oder Molke**, welche bei der Topfen- und Käſebereitung als Nebenprodukt entſteht, wird zur Viehfütterung noch weiter verwendet, denn ſie enthält immerhin noch Eiweißſtoffe, Mineralſtoffe und Milchzucker.

Das Fett der Milch findet ſich konzentriert in Rahm und Butter.

Der **Rahm** iſt jene gelbliche, fettige Schicht, welche ſich ſchon beim ruhigen

Stehenlaſſen der Milch an deren Oberfläche abſchöpfen läßt. In Großbetrieben wird der Rahm durch Zentrifugieren der Milch gewonnen. Für den Nährwert iſt der Fettgehalt maßgebend. Kaffeerahm enthält meiſt 10 Prozent Fett, ſogenannter Doppelrahm 20 Prozent Fett, Schlagrahm zirka 30 Prozent Fett.

Damit im Zuſammenhang ſteht auch die Bedeutung der Vitaminwirkſamkeit durch Vitamin A ſowie der anſehnliche Lezithingehalt. Durch kein anderes flüſſiges Nahrungsmittel können dem Körper in kleiner Menge gleich wertvolle Nährſtoffe zugeführt werden. Dieſe Tatſache gewinnt beſondere Bedeutung dann, wenn eine Nahrung bei kleinem Volumen großen Nährwert enthalten ſoll. Suppen, Soßen, Gemüſe, Kaffee, Tee und alle Süßſpeiſen laſſen ſich durch Rahmzugabe außerordentlich wertvoll geſtalten.

Der Rahm dient wiederum zur Buttergewinnung.

Durch Schlagen, Stoßen oder Rühren werden die im Rahm enthaltenen Fettteilchen zuſammengeballt. Die Magermilch wird bis auf ganz geringe Mengen entfernt, ſo daß die Butter mit einem Fettgehalt von 82 Prozent in die Reihe der eigentlichen Speiſefette eintritt. Allen anderen Fetten gegenüber zeichnet ſich die Butter durch ihren Wohlgeſchmack und durch ihre außerordentliche Vitaminwirkſamkeit aus (Vitamin A).

Das wichtigſte Nebenprodukt der Rahm- und Buttergewinnung iſt die Magermilch. Sie iſt zwar fettarm, enthält aber noch alle übrigen Milchbeſtandteile, ſo daß ſie immerhin zur Herſtellung von Mehlſpeiſen, zur Bereitung von Milchſuppen, Gemüſegerichten, zur Herſtellung von Kakao gut geeignet iſt. Im Landhaushalt werden aus Magermilch eine Reihe von Magermilchkäſen bereitet.

Schließlich ſei noch Yoghurt erwähnt. Er wird aus Friſchmilch unter Zuſatz beſtimmter Milchſäurebakterien hergeſtellt. Im Vergleich zur gewöhnlichen Sauermilch iſt er im Geſchmack viel reiner. Yoghurt enthält die Nährſtoffe der Milch, nur iſt der Zucker zum großen Teil in Milchſäure umgewandelt worden.

Zuſammenfaſſend darf geſagt werden, daß die Milch wegen der hochwertigen Produkte, die aus ihr gewonnen werden, beſonders hoch zu ſchätzen iſt.

Eier.

In der menſchlichen Ernährung finden verſchiedene Arten von Eiern Verwendung: Hühner-, Gänſe-, Möven-, Kibitzeier, ſchließlich noch die Eier von Fiſchen, welche unter dem Namen Kaviar gehandelt werden. Die weitaus größte Rolle ſpielen aber die Hühnereier. Dieſe ſind in ihrer Größe ſehr verſchieden, ihr Gewicht beträgt 35 bis 70 Gramm mit Schale. Wird die Schale abgerechnet, ſo darf der eßbare Einhalt im Durchſchnitt mit 50 Gramm veranſchlagt werden. In den Tabellen S. 8/9, 12/13, 22/23 iſt der Inhalt von 2 Eiern mit rund 100 Gramm berechnet.

Dieſe enthalten an Nährſtoffen:

12,6% Eiweiß, und zwar vollwertige Eiweißſtoffe.
12% Fett, faſt ausſchließlich im Eidotter enthalten, als Eieröl.
1,75% Mineralſtoffe, vorwiegend Säurebildner.

Die Vitaminwirkung des Eiklars iſt kaum nennenswert, dagegen iſt die des Eidotters durch die Vitamine A und B ſehr bedeutend. Der Eidotter iſt alſo der wertvollere Teil.

Als Ganzes betrachtet, gehören die Eier zu den wertvollſten Nahrungsmitteln. Im Vergleich zur Milch führen ſie dem Körper ſchon in verhältnismäßig geringer Menge viele Nährſtoffe zu; ſo müßten wir ungefähr 400 Gramm Milch aufnehmen, alſo beinahe ½ Liter, um die gleiche Nährſtoffmenge zu erhalten, die uns der Inhalt von 2 Eiern liefert. Dieſe Nährſtoffkonzentration hat beſonderen Wert dann, wenn nur geringe Eßluſt vorhanden iſt, wenn das Nahrungsbedürfnis mit kleinen Nahrungsmengen befriedigt werden ſoll. Sie wird aber zur Gefahr, wenn große Eßluſt vorhanden iſt, wenn gewohnheitsmäßig große Nahrungsmengen aufgenommen werden, um das Gefühl der Sättigung herbeizuführen. Der Eiweißreichtum ſehr eihaltiger Gerichte kann ſchon kurze Zeit nach dem Genuß Beſchwerden verſchiedener Art auslöſen. Mehr als zwei Eier ſollten für die Mahlzeit eines Erwachſenen nie verwendet werden! Eierſpeiſen wie Rühreier, gebackene Eier, Eiomletten, ſind Gerichte, welche in der Kurzküche mit Vorliebe bereitet werden; dazu friſcher Salat oder ſonſtiges Gemüſe und eine ausreichende Mahlzeit iſt zuſammengeſtellt. Wem dieſe Nahrung zu wenig füllend iſt, der kann mit Kartoffeln und Brot genügend nachhelfen.

Wird die Hauptnahrung mit Kartoffeln und Gemüſe beſtritten, ſo kann durch Zugabe von Eiern (1 Stück pro Perſon) der Eiweißgehalt und der Sättigungswert bedeutend erhöht werden. In den Milch- und Mehlſpeiſen bilden die Eier jene Zutat, welche Geſchmack, Farbe, Lockerung und Nährwert günſtig beeinflußt.

Iſt die Eßluſt ſo gering, daß die Deckung des Nährſtoffbedürfniſſes fraglich erſcheint, ſo gelingt es durch Eigelbzugabe den Wert der Nahrung zu heben, ohne das Volumen der Koſt merklich zu vergrößern (Legieren von Suppen und Soßen). Schließlich muß noch darauf aufmerkſam gemacht werden, daß regelmäßige, alltägliche Eiverwendung leicht Widerwillen und Abneigung entſtehen läßt, ſo daß Eier unter Umſtänden für lange Zeit gemieden werden müſſen. Es iſt ratſam, mit eihaltigen Gerichten zurückzuhalten, damit man zur gegebenen Zeit ſich ihrer Vorzüge bedienen kann.

Fleiſch.

Der menſchlichen Ernährung dient vor allem das Fleiſch der landwirtſchaftlichen Haustiere: Das des Rindes, der Kälber, der Schweine und der Schafe, außerdem wird noch Geflügel-, Fiſch- und Wildfleiſch verzehrt.

Das, was wir kurz „Fleiſch" nennen, iſt die Muskelmaſſe dieſer Tiere. Sie beſteht in ihren weſentlichen Beſtandteilen aus Muskelfaſern, welche feine Röhrchen bilden, die vom Fleiſchſaft gefüllt ſind. Dieſe ſind durch Bindegewebe zu Muskelbündeln verbunden.

Wenn von der Fettauflage, welche einzelne Fleiſcharten auf den Muskeln beſitzen, abgeſehen wird, zeigt die übrige Muskelmaſſe der Tiere große Ähnlichkeit in ihrer Zuſammenſetzung, ſo daß für den Nährwert aller Fleiſcharten Durchſchnittszahlen angegeben werden dürfen. Das Fleiſch enthält demnach:

70 bis 75 %	Waſſer.
etwa 20 %	Eiweißſtoffe. Dieſe finden ſich gelöſt im Fleiſchſaft, ſie bilden die feſte Maſſe der Fleiſchfaſern und ſind weiterhin auch Beſtandteile des Bindegewebes. Das Fleiſch weiſt verſchiedenartige Eiweißſtoffe auf, welche, abgeſehen von den leimgebenden Stoffen des Bindegewebes, vollwertig ſind.
0,5 bis 6 %	Fett. Unter dieſer Menge iſt nur jenes Fett inbegriffen, das ſich in Form mikroſkopiſch kleiner Kügelchen zwiſchen den Muskelfaſern be-

findet und als feine Fettadern die Muskelmaſſe durchzieht. Wird die Fettauflage miteingerechnet, ſo muß bei manchen Fleiſcharten ein Fettgehalt bis zu 40 Prozent angenommen werden: Schweinefleiſch, Gänſefleiſch.

Kohlenhydrate kommen nur in ſo geringer Menge vor, daß ihre Erwähnung unnötig iſt.

bis 2% Mineralſtoffe.

Fleiſch gehört zu jenen Nahrungsmitteln, welche den größten Säureüberſchuß liefern.

Die Vitaminwirkung des Fleiſches iſt anderen Nahrungsmitteln gegenüber gering. Mit beſonderem Nachdruck iſt nur die Bedeutung der Leber zu betonen, welche ob ihres Vitamin- und Mineralſtoffgehaltes in manchen Diäten bevorzugt wird.

Der Nährwert des Fleiſches beſteht alſo in ſeinem Gehalt an Fett und Eiweiß. Säureüberſchuß und Vitaminmangel müſſen durch geeignete Beinahrung ausgeglichen werden. Im Zuſammenhang mit dem hohen Eiweißgehalt ſteht auch der Genußwert des Fleiſches, denn die Fleiſcheiweißſtoffe bilden unter dem Einfluß der Hitze außerordentlich wertvolle Geſchmackſtoffe. Dieſer Vorzug des Fleiſches bildet aber auch eine große Gefahr für unſere Geſamternährung, denn ein Nahrungsmittel, das ohne mühſelige Zubereitung ſolchen Wohlgeſchmack beſitzt, verleitet leicht zu allzu reichlichem Genuß. Dadurch können ſich mit der Zeit die bekannten Eiweißſchädigungen einſtellen. Es iſt deshalb unbedingt zu merken, daß ein Hauptgericht aus Fleiſch reichlich Kartoffel- und Gemüſebeilagen fordert.

Manche Fleiſcharten eignen ſich beſonders gut zur Herſtellung von Suppen, deren Nährwert aber vielfach weit überſchätzt wird. (Ochſenfleiſch, Hühner, Tauben.) Wenn das Fleiſchſtück im Ganzen gekocht wird, ſo gehen nur geringe Eiweißmengen in die Brühe über, ſelbſt wenn das Fleiſch kalt angeſetzt wird. Werden ſehr fettreiche Fleiſcharten zur Suppe verwendet, ſo wird die Brühe allerdings fettreich; außerdem gehen Geſchmacksſtoffe in großen Mengen in die Brühe über, und darauf beruht ihr Hauptwert. Wenn ſolche Fleiſchſuppen nährſtoffreich geſtaltet werden ſollen, ſo iſt das nur durch Zufügung entſprechender Einlagen möglich (Nockerln, Knödel uſw.).

Schließlich muß noch der Nährwert der verſchiedenen Fleiſchkonſerven, welche in unſerer Ernährung eine große Rolle ſpielen, erwähnt werden. Allen voran ſind die Räucherwaren aus Schlachttierfleiſch, beſonders aus Schweinefleiſch, und aus Fiſchfleiſch zu nennen. Der Nährwert dieſer Räucherwaren iſt im Verhältnis zum Friſchfleiſch inſofern noch bedeutender, weil durch das Räuchern Waſſer verloren geht, infolgedeſſen die nährenden Beſtandteile in konzentrierter Menge vorhanden ſind. Die Vitaminwirkſamkeit ſolcher Räucherwaren iſt naturgemäß gleich null, ſo daß beſondere Betonung von Räucherwaren einer beſonders zweckmäßigen Wahl geeigneter Beilagen bedarf. Zu den Räucherwaren zählen auch die Wurſtwaren. Ihren Nährwert mit Zahlen zu beſtimmen, iſt außerordentlich ſchwierig, weil zur Herſtellung derſelben ja nicht nur Fleiſch, ſondern noch eine Reihe anderer Zutaten Verwendung findet. Zu den nährſtoffreichſten Wurſtwaren gehören die ſogenannten Dauerwürſte, deren Nährwert dem des Friſchfleiſches am nächſten kommt, ihn ſogar überſteigt. Da Wurſtwaren doch ſehr wohlſchmeckende Nahrungsmittel ſind und keinerlei Zubereitung bedürfen, werden ſie immer in der Volksernährung eine bedeutende Rolle ſpielen. Nicht minder wertvoll iſt das im „eigenen Saft" ſteriliſierte Fleiſch, das heute, aus wirtſchaftlichen Gründen beſonders wertvoll iſt.

Fleiſch und Fleiſchkonſerven gehören zu den hochwertigſten Nahrungsmitteln.

Die Hausfrau, welche die Verantwortung für die Darbietung einer ausreichenden Nahrung übernimmt, hat alſo ihr Augenmerk immer darauf zu lenken, daß die in den Nahrungsmitteln vorhandenen Werte erhalten und richtig ausgenützt werden, und daß ſie die den einzelnen Nahrungsmitteln fehlenden Stoffe durch bedachte Wahl geeigneter Zubereitungsweiſen, Beilagen und Zuſpeiſen ergänzt.

II. Die Verdaulichkeit der Nahrung

Der Vorgang der Verdauung bezweckt eine chemiſche Zerlegung der Nahrungsbeſtandteile, um deren Überführung in das Körperinnere zu ermöglichen.

Nur jener Teil der Nahrung, der in geeignetem Maße abgebaut, alſo verdaut werden kann, wird deren Aufgaben — Aufbau, Verbrennung — erfüllen.

Somit hängt der Wert der Nahrungsbeſtandteile nicht nur von der Art und Menge der darin enthaltenen Stoffe ab, ſondern auch von dem Grad ihrer Abbaufähigkeit, ihrer Verdaulichkeit. Eine Nahrung, welche nun beſtmöglich verdaut werden kann, aus deren Beſtandteilen der Körper größtmöglichen Nutzen ziehen kann, wird als gut ausnutzbar oder als gut verdaulich gewertet; während die gegenteilige Bewertung für ſolche Nahrungsmittel oder Gerichte Anwendung findet, welche in den Verdauungsorganen gar nicht oder nur zum Teil für die Verwendung im Körperinneren geeignet vorbereitet werden können. Dieſe begriffliche Faſſung deckt ſich nicht mit dem, was der Volksmund mit leicht und ſchwer verdaulich ausdrücken will. Hier wird eine Nahrung dann als ſchwer verdaulich bezeichnet, wenn ſie Beſchwerden verurſacht, es wird alſo der Begriff Verdaulichkeit hier im Sinne von Bekömmlichkeit verwendet, eine Deutung, die ſich im Rahmen der Ausführungen dieſes Buches nicht aufrechterhalten läßt, wie aus folgenden Beiſpielen leicht verſtändlich ſein wird. Die Sauermilch iſt ein außerordentlich leicht verdauliches Nahrungsmittel; ſie wird aber mit Recht gemieden von jenen Perſonen, welche auf die Milchſäure mit Durchfallserſcheinungen reagieren. Das derbe Schrotbrot iſt viel weniger gut ausnützbar als das Semmelbrot; deswegen wird es aber doch in den meiſten Fällen gut vertragen. Eine Koſtzuſammenſtellung, welche dauernd dem Nahrungsbedürfnis nicht entſpricht, weil ihr entweder wichtige Stoffe fehlen oder weil andere Stoffe im Übermaß vorhanden ſind, wird im Lauf der Zeit Krankheiten erzeugen. Der Arzt ſtellt falſche Ernährung feſt, die Koſt muß geändert werden, weil nicht bekömmlich, ſie kann deswegen aber doch gut verdaulich geweſen ſein. Alſo Verdaulichkeit — Bekömmlichkeit iſt nicht das gleiche! Deſſen ungeachtet wirken beide oft gleichzeitig zuſammen, ſtehen wie Urſache und Wirkung in logiſcher Beziehung. Die Verdauungsorgane, im beſonderen Magen und Darm, ſind nämlich ſo eingerichtet, daß ſie nur Nahrungsbeſtandteile von beſtimmter Beſchaffenheit aufnehmen bzw. weiterführen. Größere, harte Nahrungsſtücke können vom Magen nicht eher in den Darm befördert werden, als bis ſie vollſtändig durchweicht, in gleichmäßigen Brei verwandelt ſind. Sie „bleiben im Magen liegen", bis dies erreicht iſt. Es iſt erklärlich, daß dabei läſtige Druckgefühle auftreten, außerdem können durch die mit der Nahrung aufgenommenen Bakterien Gärungen vor ſich gehen, deren gasförmige Produkte Aufſtoßen und Magendrücken hervorrufen, oder es werden während des Abbaues Stoffe gebildet, welche gleiche Folgen zeitigen. Der Verdauungsvorgang kann alſo von allerlei Beſchwerden begleitet ſein! Auf dieſem Zuſammenwirken von Abbau und damit verbundenen ſubjektiven Empfindungen beruht wohl die in weiten Kreiſen verbreitete Meinung, daß jede Nahrung, welche keine Beſchwerden hervorruft, gut verdaulich ſein muß, hingegen jede Nahrung, welche Störungen des Wohlbefindens auslöſt, ſchlecht verdaulich ſein muß.

Durch die nun folgenden Ausführungen iſt nicht die ſubjektive Reaktion auf die Nahrung, ſondern lediglich deren Ausnützbarkeit erfaßt.

Zwei Dinge gelten als Vorbedingungen hierfür:

1. Der Körper muß genügend abbauende Säfte erzeugen und abſondern,
2. die Nahrung muß ſo beſchaffen ſein, daß die Verdauungsſäfte in ſie eindringen und löſend und abbauend auf die einzelnen Beſtandteile einwirken können.

Da nicht alle Nahrungsmittel von Natur aus ſo beſchaffen ſind, daß dieſe Vorbedingungen ohne weiteres erfüllt werden, eröffnet ſich für die Hausfrau ein umfangreiches Gebiet, Verſtand und Geſchicklichkeit zu betätigen, um durch Küchentechnik das zu erſetzen und zu ergänzen, was uns die Natur etwa verſagt, und das auszuwerten, was ſie uns in Hülle und Fülle ſchenkt.

1. Der Körper muß abbauende Säfte erzeugen und abſondern!

Dieſe rein körperliche Funktion iſt in hohem Maß beeinflußbar durch Dinge und Geſchehniſſe, welche, von der Außenwelt kommend, auf unſere Seele einwirken. Wer vermag nicht aus eigener Erfahrung die Zuſammenhänge zwiſchen ſeeliſchem Erleben und Nahrungsaufnahme zu beweiſen? Wer kennt nicht das plötzliche oder dauernde Schwinden der Eßluſt bei Schrecken, Kummer, zehrenden Sorgen, die oft unüberwindliche Ablehnung, wenn Unſchönes die Harmonie der Sinneseindrücke ſtört. Unluſt, Verſtimmung hemmen die Eßluſt, nehmen den Appetit, und das iſt ſchon ein Zeichen, daß ſich der Körper wehrt; er ſtellt ſeinen Dienſt, Verdauungsſäfte zu erzeugen ein. Dies Gefühl des Widerwillens ſei uns Warnungsruf, denn eine Nahrung, welche von den Verdauungsorganen nicht bereitwillig empfangen wird, kann Unbehagen ſchaffen. Alſo ſtören wir nicht unnötig die natürlichen Funktionen, ſondern ſchaffen wir günſtige Aufnahmebereitſchaft! Der ſorgfältig und ſauber gedeckte Tiſch, die geordnete Haartracht, die peinliche Hautpflege, die tadelloſe freundliche Kleidung, die gute Laune, auch wenn das Tagewerk mühſam, das ſind Momente, die mit dem, was dem Gaumen geboten wird, nur ſehr loſe zuſammenzuhängen ſcheinen; ſie ſchaffen aber eine behagliche Stimmung, erregen Luſtgefühle, und das iſt wertvoll, namentlich bei feinſinnigen und feinfühlenden Menſchen.

Nicht minder wichtig iſt der gute Geſamteindruck, den die Mahlzeit ſchon vor der erſten Geſchmacksprobe auf uns macht. Hier kann die Frau den ihr eigenen Schönheitsſinn im Spiel der Farben entfalten. Eine Mahlzeit „grau in grau" — das Ganze zum Berg auf übervoller Platte getürmt, das iſt kein Anblick, der Eßluſt zu wecken geeignet wäre, er enttäuſcht und nimmt den Appetit. Hingegen die Speiſen ſorgfältig und ſchön angerichtet, ein buntes Bild geſchaffen, das läßt „das Waſſer im Munde fließen“, ſchon ehe das erſte Stückchen den Gaumen berührt, ehe die Nahrung ihre chemiſche Wirkung entfaltet. Peterſiliengrün, ein paar Salatblätter, eine rote Tomate, eine Zitronenſcheibe, oder gar das Gemüſe gefällig um das Fleiſch gruppiert, koſtet weder viel Zeit noch Geld, wenn ſchon bei der Zuſammenſtellung des Küchenzettels auch an das ſchöne Ausſehen der Gerichte gedacht wird.

Aber ſchließlich iſt doch die Hauptſache, daß die Nahrung auch das an Güte hält, was ſie durch das Anſehen verſpricht. Sie darf nicht enttäuſchen! Von weſentlicher Bedeutung ſind hierbei die in der Nahrung enthaltenen Geruch- und Geſchmacksſtoffe. Erſtere entweichen als flüchtige, gasförmige Stoffe den Nahrungsmitteln, durchſtrömen mit der eingeatmeten Luft unſer Geruchsorgan, üben einen chemiſchen Reiz auf die Riechzellen der Naſenſchleimhaut aus, der von den anſchließenden Nervenfäden in das Gehirn geleitet wird und dort als Geruchsempfindung zum Bewußtſein kommt. Die Geſchmacksſtoffe nehmen wir auf, wenn wir die Nahrung in den Mund führen. Hier löſen ſie ſich im Mundſpeichel, gelangen an die Geſchmackswärzchen und Geſchmacksbecher der Zunge und verurſachen einen chemiſchen Reiz, der zum Gehirn geleitet wird und dort als Geſchmacksempfindung zum Bewußtſein kommt.

Dieſe Geruchs- und Geſchmacksempfindungen können in uns Luſt oder Unluſt auslöſen. Im erſten Fall erfolgt gewiſſermaßen ein Befehl zur Produktion und Abſonderung der Verdauungsſäfte, welcher durch die Nervenbahnen allen beteiligten Organen übermittelt wird; im zweiten Fall erfolgt Ablehnung, welche die Saftabſonderung unterbindet. Damit iſt die Bedeutung der Geruchs- und Geſchmacksſtoffe in den Vordergrund gerückt. Davon, daß eine Nahrung wohlſchmeckend ſein muß, war man von jeher überzeugt, nur waren die Mittel und Wege, die man wählte, früher andere als heute. Früher erkannte man im Würzen mit Gewürzen, Salz und Eſſig, Pfeffer, die beſte Möglichkeit, den Geſchmack der Nahrung befriedigend zu geſtalten. Heute lehnt man dieſe Methode des Würzens mehr und mehr ab, ſucht dafür die in den Nahrungsmitteln ſelbſt vorhandenen Stoffe günſtig zu verwerten. Warum dieſe Wandlungen? Darüber ſoll ein Einblick in die Natur und Wirkung dieſer Würzen Aufklärung ſchaffen.

Unter „Würzen“ im allgemeinen ſind alle jene Beſtandteile der Nahrung zu verſtehen, welche geeignet ſind, den Geſchmack derſelben günſtig zu beeinfluſſen. Dazu ſind zu rechnen die Gewürze, Kochſalz, Extrakte, Eſſig; auch Wein, Sauerrahm, Zitrone können als Würze dienen.

Gewürze ſind Stoffe vorwiegend pflanzlicher Herkunft — Wurzeln, Stengel, Blätter, Blüten, Früchte und Samen —, welche einzig und allein wegen der in ihnen enthaltenen würzenden Beſtandteile verwendet werden. Die würzenden Stoffe — Gewürzkörper — können ganz verſchiedener Art ſein, ebenſo verſchieden iſt auch der Grad der Wirkung. Als ſcharfe Gewürze dürften Pfeffer, Paprika, Nelken, Nelkenpfeffer, Kardamomen, Ingwer, Zimt, Muskatnus, Senf allgemein bekannt ſein. Als mildere, beſonders feine Gewürze gelten unſere Küchenkräuter wie Peterſilie, Pimpinella, Eſtragon, Meliſſe, Dill, Kümmel, Boretſch uſw. All die Gewürze wirken zunächſt auf den Geruch- und Geſchmacksſinn ein und regen zur Nahrungsaufnahme an. Sie wirken auf ihrem Weg durch die Verdauungsorgane anregend auf die Drüſen der Magen- und Darmwände ein und fördern die Abſonderung der Verdauungsſäfte. Die Würzkörper werden reſorbiert, gelangen mit dem Blut an die Nervenbahnen, in die Nieren und rufen dort ihrer chemiſchen Natur entſprechende Reizwirkung hervor. Dies iſt unſchädlich für den geſunden Menſchen, der ſcharfe Gewürze ganz meidet, mildere Gewürze nur in beſcheidenen Mengen verwendet. Wird aber tagtäglich jede Koſt mit ſcharfen Gewürzen verſetzt, ſo wird der Geſchmacksſinn verbildet, d. h. die Geſchmacksnerven werden abgeſtumpft, reagieren nur mehr auf ſtarke Reize, alſo auf ſcharfes Würzen und damit können ſich ſchädliche Reizwirkungen ſowohl in den Verdauungsorganen als auch in den Ausſcheidungsorganen einſtellen. Es dürfte nun auch verſtändlich ſein, welch erhöhte Gefahr die Verwendung ſcharfer Gewürze in der Kinderernährung birgt.

Fleiſchextrakte und die als Suppenwürzen verwendeten Hefeextrakte ſind ihrer Wirkung nach vielmehr Würzen als Nahrungsmittel. Ihre Würzkraft beruht im weſentlichen auf Extraktſtoffen, das ſind Geſchmacksſtoffe, die ſich bei der Gewinnung aus den Eiweißſtoffen entwickeln. Auch bei ihnen können durch zu reichliche Verwendung ſchädliche Reizwirkungen entſtehen.

Das Kochſalz iſt für unſer Geſchmacksempfinden ein unentbehrlicher Würzſtoff, der durch kein anderes Gewürz erſetzt werden kann. Ein weſentlicher Unterſchied den Gewürzen gegenüber liegt darin, daß das Kochſalz nicht nur Würzſtoff, ſondern auch Nährſtoff iſt. Kochſalz beſteht im weſentlichen aus Chlor und Natrium. Durch ſeinen Chloranteil trägt es zur Bildung der Magenſalzſäure bei. Durch den Natriumbeſtandteil leiſtet es im Stoffwechſel wertvolle Dienſte. (S. Mineralſtoffe.) Da unſere Nahrungsmittel, namentlich Kartoffel, Mehle, arm an Natrium und reich an Kalium ſind, bedürfen wir dringend der Ergänzung durch Kochſalz. Unter normalen Umſtänden genügt eine tägliche Kochſalzzufuhr von 5 Gramm, das iſt ein abgeſtrichener Kaffeelöffel voll, um den Anforderungen des Stoffwechſels zu genügen. Dieſe Menge reicht aber erfahrungsgemäß bei den meiſten Menſchen nicht aus, um die Nahrung auch geſchmacklich befriedigend zu geſtalten. Um dies zu erreichen, wird im Durchſchnitt eine Menge von 12 bis 15 Gramm benötigt, nicht ſelten werden ſogar Mengen bis 30, ja 40 Gramm im Rahmen der Tageskoſt zugeführt. Werden nicht vielfach Gerichte ohne vorherige Koſtprobe gewohnheitsmäßig mit Salz überſtreut? Solch übertriebene Kolchſalzanreicherung kann ſchädliche Reizwirkungen hervorrufen.

Als letztes althergebrachtes Würzmittel ſei der Eſſig genannt. Das, was wir kurz als Eſſig bezeichnen, iſt eine verdünnte Löſung der Eſſigſäure. Je nach der Gewinnung unterſcheidet man den Gärungseſſig und den Deſtillationseſſig. Der Gärungseſſig entſteht durch Vergärung einer alkoholhaltigen Flüſſigkeit. Auf dieſe Weiſe entſteht aus Bier Biereſſig, aus Wein Weineſſig, aus Branntwein Spriteſſig. Dieſe genannten Gärungseſſige enthalten als ſauren Beſtandteil die Eſſigſäure, daneben noch aromatiſche Beſtandteile der alkoholhaltigen Flüſſigkeit, aus der ſie entſtanden ſind. Gerade die Aromaſtoffe geben dieſen Eſſigarten beſonderen Geſchmackswert. Der Deſtillationseſſig hingegen wird durch Deſtillation des Holzes, neuerdings auch aus Karbid gewonnen. Er kommt als „Eſſigeſſenz“ in den Handel. Der ſauer wirkende Beſtandteil iſt auch hier die Eſſigſäure. Aromaſtoffe fehlen naturgemäß. Durch Verdünnung mit Waſſer kann der urſprünglich ſehr hohe Eſſigſäuregehalt entſprechend dem Säuregehalt des Gärungseſſigs vermindert werden, ſo daß beide Arten mit gleichem Säuregehalt verwendet werden können. Wenn auch der Geſchmack beider Eſſigarten durch Zugabe von Kräutern verändert werden kann, ſo iſt doch das Wirkſame bei beiden Arten die Eſſigſäure. Sie dient zum Würzen von Fleiſch, Soßen, Suppen, Gemüſen, namentlich von Salaten. Die Eſſigſäure verleiht den Speiſen anregenden Geſchmack, fördert die Eßluſt und hilft die Speiſen leichter verdauen. Aber auch hier iſt Übermaß ſchädlich. Scharfer Eſſig kann nachteilige Reizwirkungen auf die Magen- und Darmſchleimhaut ausüben. Die Eſſigſäure wird reſorbiert, vom Blut aufgenommen und alsbald verbrannt, ſo daß bei normalem Stoffwechſel kaum ſchädigende Spuren zur Niere und anderen empfindlichen Organen gelangen können. Somit beſchränken ſich die Eſſigſäureſchäden normalerweiſe nur auf die Verdauungsorgane.

Eine Überſchau zeigt, daß die genannten Würzmittel — Gewürze, Extrakte, Kochſalz, Eſſig — Reizſtoffe enthalten, welche geeignet ſind, unter Umſtänden ſchädliche Wirkungen in den Verdauungsorganen, Ausſcheidungsorganen oder auch im Geſamtnervenſyſtem zu entfalten. Außerdem kann die Reizwirkung Durſtgefühl auslöſen, zu deſſen Befriedigung vielfach alkoholiſche Getränke in einem der Geſundheit abträglichen Maß genoſſen werden. Das ſind die Gründe, welche heute eine ſtarke Einſchränkung, ja ſogar eine Ablehnung dieſer Würzſtoffe angezeigt erſcheinen laſſen.

Die moderne Ernährungslehre erkennt die Bedeutung einer an Geſchmacksſtoffen reichen Koſt durchaus an. Sie empfiehlt nur die Wahl anderer Mittel und Wege, dies zu erreichen!

Welche Fülle von Geſchmacksſtoffen ruhen in einem großen Teil unſerer Nahrungsmittel ſelbſt! Allen voran ſtehen Gemüſe und Obſt mit ihren feinen Aromaſtoffen. Nicht nur Pilze, Spargel, Sellerie, Schwarzwurzel, Meerrettich, ſondern auch Gurken, Gelbe Rüben, Bohnen, Erbſen, ganz abgeſehen von den feinen Gewürzgemüſen, die wir als Küchenkräuter leider nur allzu wenig verwenden, dazu noch die aromatiſchen Obſtarten, **ſie alle können durch ihren Wohlgeſchmack der Geſamtkoſt wertvolle Dienſte leiſten!** Allerdings, zu jener Zeit, in der man nur ein Abkochen und Brühen dieſer Nahrungsmittel kannte, wanderten dieſe feinen Stoffe zum großen Teil in den Ausguß und mußten durch eine mit allen möglichen Gewürzen pikant gemachte Soße erſetzt werden. Heute verſteht man ſchon beſſer, **dieſe Stoffe zu erhalten.** Durch Dämpfen und Dünſten in feſt verſchloſſenen Gefäßen wird das Austreten und Flüchtigwerden der Geſchmacksſtoffe auf ein Mindeſtmaß beſchränkt, der wohlſchmeckende Saft wird mitgenoſſen. Wenn im 1. Teil mit Rückſicht auf die Erhaltung der Nährſtoffe das Einſalzen von Gurken, Tomaten uſw. erſt unmittelbar vor Genuß, ferner die Verwendung ſämiger Marinaden empfohlen wurde, ſo ſei das Gleiche an dieſer Stelle im Intereſſe des Geſchmackswertes noch beſonders unterſtrichen.

Der Entwicklung von Geſchmacksſtoffen ſei beſonderes Augenmerk geſchenkt.

Wohl keiner Hausfrau dürften die Geſchmacksveränderungen entgehen, welche bei der Zubereitung mancher Nahrungsmittel vor ſich gehen. Der Duft einer goldbraun gedünſteten Zwiebel, des angeröſteten Fleiſches, des leicht gebräunten Mehles iſt hinreichend bekannt. Die genannten Nahrungsmittel enthalten Eiweißſtoffe, aus denen ſich unter dem Einfluß der hohen Temperatur des heißen Fettes dieſe wertvollen Geruchs- und Geſchmacksſtoffe entwickeln; dieſen ſchließen ſich bei Vorhandenſein von Stärke (Mehl) noch ſüße, karamelähnliche Geſchmacksſtoffe an. Beim Andünſten und Röſten darf die Farbe nicht allein ausſchlaggebend ſein, ſondern auch die Geſchmackswirkung der gebildeten Extraktivſtoffe. Die geſchickte Hausfrau wird den Röſtprozeß genügend lange ausdehnen und rechtzeitig unterbrechen, immer gerade dann, wenn die erzeugten Geſchmacksſtoffe harmoniſch mit den übrigen übereinſtimmen.

Eine dankenswerte Aufgabe beſteht nun darin, die verſchiedenen Nahrungsmittel mit ihren großen Geſchmacksdifferenzen nicht nur im Intereſſe des Nährwertes, ſondern auch des Wohlgeſchmacks geſchickt miteinander zu verbinden, um in einem Fall den geſchmacklichen Geſamteindruck kräftiger, im anderen Fall milder zu geſtalten. So bedürfen z. B. beſonders mild ſchmeckende Hauptgerichte wie Kalbfleiſch, Fiſch, Reis, Nudeln und Kartoffeln einer kräftig ſchmeckenden Beilage, ſeien es eine pikante Soße, Salate oder ſonſtige Gemüſe mit betonterem Geſchmack (Gelbe Rüben, Bohnen, Sauerkraut und dergleichen). Bei ſüßen Hauptgerichten wähle man kräftig ſchmeckende Kompotte. Andererſeits ſind an ſich ſehr pikante Gerichte z. B. Schmor- oder Bratengerichte, durch mildſchmeckende Beilagen wie Kartoffeln, Reis und dergleichen zu ergänzen, um die geſchmackliche Geſamtwirkung milder zu geſtalten. Der gleiche Grundgedanke findet Anwendung in der längſt bekannten Herſtellung ſogenannter Eintopfgerichte (Pickelſteiner), neuerdings auch bei verſchiedenen anderen Miſchungen; z. B. eignen ſich Äpfel ganz beſonders gut, den herben Geſchmack verſchiedener Krautarten oder des Meerrettichs oder des Selleries abzutöten. Meerrettich eignet ſich wiederum vorzüglich, den von manchen Perſonen als unangenehm empfundenen ſüßlichen Geſchmack mancher Rüben zu verbeſſern. Durch ſolche Miſchungen kann der Wert der Gerichte außerordentlich gehoben werden, ein gutes Geſchmacksempfinden der Köchin vorausgeſetzt.

Wenn auch die moderne Ernährung Hauptwert auf die bisher genannten Methoden der Geſchmacksbildung legt, ſo können doch auch beſondere Gewürzzutaten in der Normalernährung Verwendung finden. Aber nicht die ſcharfen, aufdringlichen, ausländiſchen Gewürze ſind es, welche feinem Geſchmacksempfinden entgegenkommen, ſondern vielmehr die Küchenkräuter mit ihrem vorzüglichen Aroma ermöglichen in erſter Linie diskretes Würzen. Peterſilie, Kerbelkraut, Dill, Pimpernell, Meliſſe, Boratſch, Eſtragon können in verſchiedenen Miſchungen ſowohl zu Gemüſe als auch zu Kartoffel- und Fleiſchgerichten verwendet werden und angenehm feine Geſchmackswirkungen hervorrufen.

Die Verwendung des Kochſalzes iſt naturgemäß einzuſchränken, nicht nur eventueller Schädigungen wegen, ſondern auch wegen ſeiner hervortretenden Geſchmackswirkung.

Die im Handel vielfach angeprieſenen Gewürzſalze — Sellerieſalz, Peterſilienſalz uſw. — beſtehen aus Kochſalz unter Beimengung verſchiedener Pflanzenextrakte. Ihr beſonderer Vorzug liegt in ihrem angenehmen Beigeſchmack.

Wohl etwas zu Unrecht wird der Eſſig vielfach als zu ſcharf und daher ſchädlich verpönt und ein Erſatz durch Zitronenſaft empfohlen. Wir wiſſen, daß die Schärfe des Eſſigs genau wie die des Zitronenſaftes gemildert werden kann durch Verdünnung mit Waſſer. Ein ſachlicher Vergleich, beruhend auf gewiſſenhaften wiſſenſchaftlichen Unterſuchungen, ergibt, daß beide, wenn in entſprechender Verdünnung verwendet, unſchädlich ſind. Beide beſitzen Aromaſtoffe, die jedoch ſo verſchiedenartig ſind, daß keines das andere zu erſetzen vermag. Schließlich hat der Zitronenſaft den einen Vorzug, daß er neben den geſchmacklich bedeutenden Stoffen noch baſenliefernde Mineralſtoffe und Vitamine beſitzt. An Stelle der Verwendung dieſer doch immerhin ausgeſprochen ſauer ſchmeckenden Würzen hat der Sauerrahm ſchon in vielen Küchen Eingang gefunden; als Salatmarinade verwendet, oder Soßen und Gemüſe damit abgeſchmeckt, ſchafft er leicht ſäuerliche Geſchmacksrichtung, welche vorhandene Aromaſtoffe beſonders gut hervortreten läßt.

Zuſammenfaſſend darf geſagt werden, daß die Technik des Würzens heute weit größere Anforderungen ſtellt als früher. Während früher mit ein, zwei Gewürzen ein betonter Geſchmack angeſtrebt wurde, gilt es heute, mit feinen, milden Aromaſtoffen zu arbeiten und dieſe zu einem harmoniſchen Gefüge zu vereinigen.

Die Abſonderung von Verdauungsſäften kann ſchließlich noch durch mechaniſch reibende Nahrungsbeſtandteile wie Kruſten an Fleiſch und Gebäcken und durch derben Faſerſtoff (Obſtſchalen, Kerngehäuſe, Schrotbrot) angeregt werden, was des Ausnützung der Geſamtnahrung wiederum zugute kommt.

Der größte Wert dieſer groben Stoffe liegt aber darin, daß ſie die Wegſchaffung des unbrauchbaren Darminhaltes begünſtigen.

2. Die Nahrung muß ſo beſchaffen ſein, daß die Verdauungsſäfte in kurzer Zeit, ohne allzu großen Energieaufwand, in ſie eindringen können und löſend und abbauend auf die einzelnen Beſtandteile einzuwirken vermögen.

Die Nahrung beſteht aus verſchiedenen Nahrungsmitteln. Nur gelegentlich wird ein Nahrungsmittel allein verzehrt. In den meiſten Fällen ſtellen wir die Nahrungsmittel nach Gutdünken zu Gerichten und ganzen Mahlzeiten zuſammen. Jedes der dazu verwendeten Nahrungsmittel beſteht wiederum aus den verſchiedenen Nährſtoffen. Bis an dieſe müſſen die Verdauungsſäfte herantreten können, um ſie durch chemiſche Zerlegung für die Aufſaugung geeignet zu machen.

Dies ſetzt voraus, daß die Nahrung derart beſchaffen iſt, daß ſie den abbauenden Säften zahlreiche, ausgedehnte und geeignete Angriffsflächen bietet.

Was eine flüſſige oder breiige Nahrung in dieſer Hinſicht an Vorzügen beſitzt, ſoll vor allem jenen Menſchen zugute kommen, welche mangels geeigneter Kauwerkzeuge noch nicht oder nicht mehr die notwendige Zerkleinerungsarbeit leiſten können. Wer ſich aber des Beſitzes guter Zähne erfreuen darf, der bevorzuge Nahrung feſter Beſchaffenheit, die von ſeinem Gebiß die für deſſen Geſundheit ſo notwendige Schneide- und Mahlarbeit fordert. Er ſchaffe ſich mit Ruhe und Ausdauer den geeigneten Brei im Munde, denn „gut gekaut iſt halb verdaut“.

Dieſer Kauarbeit ſtellt die Nahrung zuweilen Widerſtand entgegen. Einmal iſt ſie von ſchlüpfriger Beſchaffenheit und entſchlüpft vorzeitig in die Speiſeröhre; ein andermal iſt ſie zäh und hart, unſere Kaumuskel ermüden, und ungeduldig geworden, verſchlucken wir den Biſſen, ehe die notwendige Zerkleinerungsarbeit erreicht iſt. Wieder einmal hilft all unſere Mühe nichts, denn die Natur hat die wertvollen Nährſtoffe in winzige Zellkammern „eingeſchloſſen“, welche weder mit den Zähnen noch mit den Verdauungsſäften „aufgeſchloſſen“ werden können. So iſt der Körper auch hier auf das Verſtändnis und auf das Können der Köchin angewieſen, die überall dort geſchickt nachhilft, wo die Natur nicht reſtlos unſeren Bedürfniſſen entgegenkommt.

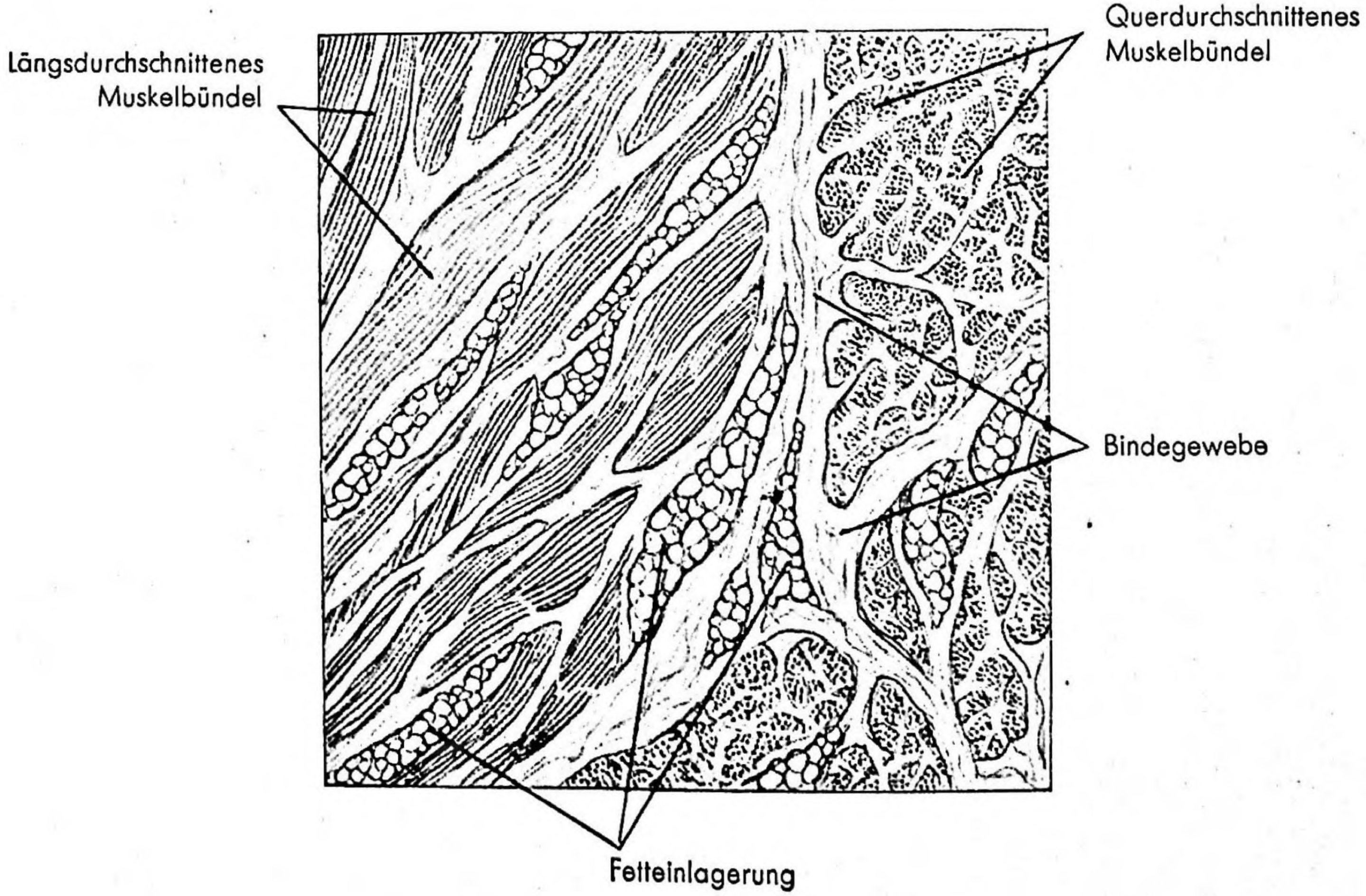
Ein Blick in den feineren Bau, in die Struktur der Nahrungsmittel, wie ihn Lupe und Mikroſkop geſtatten, läßt die Lagerung der Nährſtoffe erkennen und gibt für die Praxis wertvolle Richtlinien.

Die Milch verdient in dieſer Hinſicht ein beſonders günſtiges Urteil. Die Eiweißſtoffe ſind teils im Milchwaſſer gelöſt, teils in gequollenem Zuſtand enthalten. Das Fett bildet mikroſkopiſch kleine Tröpfchen, welche mit dem gequollenen Eiweiß eine außerordentlich feine Miſchung bilden. Der Zucker iſt gelöſt, die Mineralſtoffe ſind teils gelöſt, teils an das Eiweiß gebunden. Die Milch iſt alſo ein Nahrungsmittel mit feinſter Nährſtoffverteilung und ſomit gut angreifbar. Daran vermag auch das Kochen nicht viel zu ändern. Von größerem Einfluß auf die Verdauungsarbeit und deren Erfolg iſt die Art des Trinkens: im Magen gerinnt die Milch unter dem Einfluß des Magenſaftes. Wird ſie nun haſtig, in großen Schlucken getrunken, ſo ballt ſie ſich zu großen Klumpen zuſammen. Dies wird verhindert, wenn die Milch mit Brot zuſammen genoſſen wird, alſo mit Brotkrume gut durchmiſcht iſt, oder wenn ſie durch einen Strohhalm eingeſogen, tüchtig mit Mundſpeichel verſetzt wird. Die Sauermilch wird ſchon zu Klumpen geballt verzehrt. In kleinen Mengen mit dem Löffel eingeführt oder durch Umrühren gut durchmiſcht oder mit der Zunge fein verteilt, bietet ſie dem Magen wiederum ein leicht angreifbares Gemiſch dar. Hier heißt es alſo: „Iß mit ein bißchen Verſtand!“

Die Eier dürfen ähnlich günſtig beurteilt werden. Das Nährſtoffgemenge des Eidotters zeigt mit ſeinen feinen Fetttröpfchen eine gleich feine Verteilung wie die Milch. Das Eiklar iſt in der Hauptſache eine wäſſerige Eiweißlöſung von zähflüſſiger, ſchlüpferiger, klumpiger Beſchaffenheit. Wenn auch durch die Zubereitung der Eiinhalt ſinnfällig verändert wird, ſo iſt das für die Ausnützbarkeit nicht ausſchlaggebend. Viel weſentlicher iſt auch hier die Art und Weiſe des Eſſens. Werden Eier roh verzehrt, ſo kann durch vorheriges Rühren oder Schaumigſchlagen die klumpige Beſchaffenheit aufgehoben werden. Ein gleiches wird erreicht, wenn der Inhalt durch ein kleines Loch der Eiſchale ausgeſogen wird. Die ſcharfen Kanten der Eiſchalen einerſeits und die Saugarbeit andererſeits gewährleiſten feine Verteilung und gute Einſpeichelung. Bei Genuß weichgekochter Eier wird durch gleichzeitige Brotaufnahme gute Untermiſchung und ſomit gute Verteilung erzielt. Bei gekochten Eiern feſter Beſchaffenheit iſt gutes Kauen, eventuell vorheriges Zerdrücken mit der Gabel wichtig, wenn ohne allzu großen Energieaufwand gute Ausnützung ermöglicht werden ſoll. Ein gleiches gilt für die gebackenen Eier, deren Kruſtenteile beſonders großen Widerſtand leiſten. Alſo auch bei den Eiern kann, verſtändiger Genuß vorausgeſetzt, die Ausnützung als recht gut bezeichnet werden.

Das Fleiſch ſowohl der Schlachttiere als auch der Fiſche, des Geflügels und Wildes zeigt in ſeiner Struktur ein weſentlich anderes Bild. Ein Stückchen Fleiſch — Muskel — beſteht, wie die Abbildung zeigt, aus den eiweißreichen Muskelfaſern, welche nahrhaften Fleiſchſaft enthalten. Die Faſern ſind durch Bindegewebe verbunden, ein Bündel ſolcher Faſern iſt wiederum von Bindegeweben derberer Beſchaffenheit umſchloſſen. Dazwiſchen befinden ſich je nach Tierart und Maſt mehr oder weniger reiche Fettablagerungen. Für die Verdauung iſt ausſchlaggebend Saftgehalt und Beſchaffenheit.

Struktur eines Muskels vom Rind

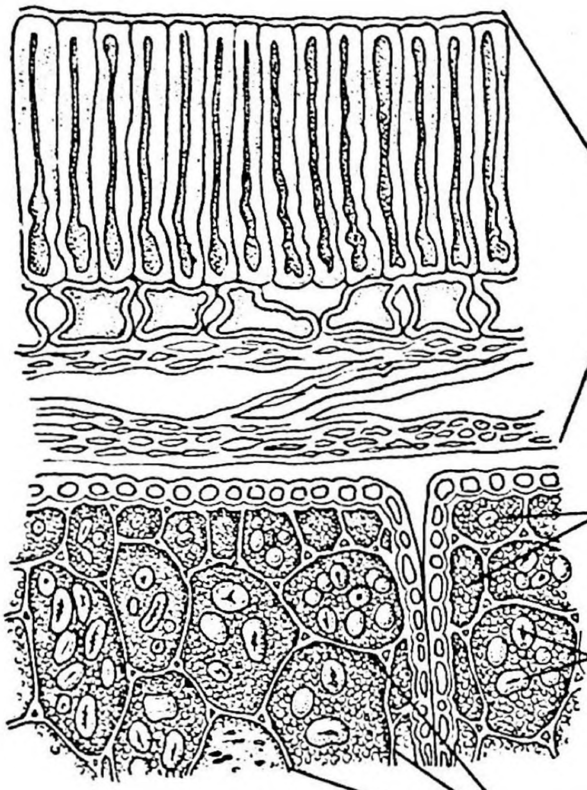

Längsdurchschnittenes Muskelbündel
Querdurchschnittenes Muskelbündel
Bindegewebe
Fetteinlagerung

Fleiſch iſt umſo leichter verdaulich, je zarter Faſer und Bindegewebe ſind und je mehr Saft in ihm enthalten iſt!

Das Fleiſch junger, gut ernährter Tiere iſt in dieſer Hinſicht günſtiger zu beurteilen als das Fleiſch älterer Tiere. Hier kann ſchon vor der Zubereitung durch Klopfen und Beizen wirkſam nachgeholfen werden. Während durch Klopfen lediglich auf mechaniſchem Weg eine Lockerung von Faſer und Bindegewebe erzeugt wird, beruht der erzielte Erfolg beim Abhängen und Einbeizen auf chemiſchen Einflüſſen, welche vorteilhafte Löſungs- und Quellungsvorgänge veranlaſſen. Von größter Bedeutung iſt aber die Zubereitung ſelbſt. Um ſaftreiches Fleiſch zu erhalten, iſt raſcher Porenverſchluß durch Einlegen in kochendes Waſſer oder noch beſſer durch raſches allſeitiges Anbräunen in heißem Fett anzuſtreben. Das Fleiſch gut gemäſteter Tiere, das reichlich Fetteinlagerungen zwiſchen den Faſern aufweiſt, gewinnt durch die Verflüſſigung des Fettes in dieſer Hinſicht beſonderen Wert. Die Zartheit der Faſer hängt in hohem Maße von der Temperatur der Zubereitung und der Zeitdauer derſelben ab. Beim rohen Fleiſch beſitzen die Faſerbeſtandteile die günſtigſte Beſchaffenheit. Durch die Erhitzung wird jede Faſer derber, ihr Quellungsgrad wird ungünſtiger. Da jedoch der Genuß rohen Fleiſches aus verſchiedenen Gründen zu widerraten iſt, muß darauf geachtet werden, daß die Zubereitungszeit eben dann beendet wird, wenn das Fleiſch gerade „gar“ iſt. Das iſt dann der Fall, wenn das Fleiſchſtück durch und durch auf 70 Grad erhitzt iſt. Die rote Farbe ſchlägt bei dieſer Temperatur in grau um, was als Kennzeichen für den Garzuſtand zu betrachten iſt. Dieſe Temperatur genügt auch, um das Bindegewebe in lösliche, leimgebende Form überzuführen und die notwendigen Geruch- und Geſchmacksſtoffe zu erzeugen. Lange währende Einwirkung hoher Temperatur macht die Fleiſchfaſer nur trocken und derb.

Somit dürften im Hinblick auf Wohlgeſchmack, Saftgehalt und Beſchaffenheit alle Schmor-, Dünſt-, Brat- und Backgerichte in eben garem Zuſtand am beſten ausnützbar ſein.

Bei den pflanzlichen Nahrungsmitteln ſtellt uns die Struktur zuweilen vor bedeutend größere Schwierigkeiten. Wie ein Querſchnitt durch eine Erbſe zeigt (ſ.Abb.) ſind die Nährſtoffe hier wie bei allen pflanzlichen Gebilden in Zellſtoffkammern eingeſchloſſen. Zellſtoff iſt aber ein für uns unverdaulicher Beſtandteil. Folglich muß außerhalb unſeres Körpers, alſo ſchon vor dem Genuß eine Zertrümmerung des Zellſtoffes erfolgen, wenn eine „Erſchließung“ der eingeſchloſſenen Nährſtoffe ermöglicht werden ſoll. Dies iſt umſo notwendiger, je derber und widerſtandsfähiger dieſe Zellgehäuſe ſind, wie das z. B. bei allen Samenfrüchten (Getreiden, Nüſſen, Hülſenfrüchten) in erhöhtem Maße der Fall iſt. Dieſe Nahrungsmittel werden zwecks beſſerer Verwendungs- und Auswertungsmöglichkeit vielfach mehlfein vermahlen oder papierdünn aufgeflockt. Dadurch wird der Zellſtoff zerriſſen oder zerſchnitten, die Kämmerchen ſind geöffnet und laſſen uns den wertvollen Inhalt verwenden und ausnützen. Iſt dieſe Vorarbeit nicht getroffen, ſo muß die Köchin nachhelfen. Durch das „Einweichen“ von Reis, Haferflocken, Rollgerſte, Hülſenfrüchten wird der Zellſtoff weich gemacht. Stärke und Eiweiß quellen dabei ſtark auf, vergrößern ſich und ſchaffen ſich Platz, indem ſie die weichgewordenen Zellwände dehnen. Unter dem Einfluß der Kochhitze verkleiſtern die mit Waſſer vollgeſogenen Stärkekörner, ſie vergrößern ihr Volumen dabei um ein



Ausſchnitt aus dem Querſchnitt einer Erbſe.

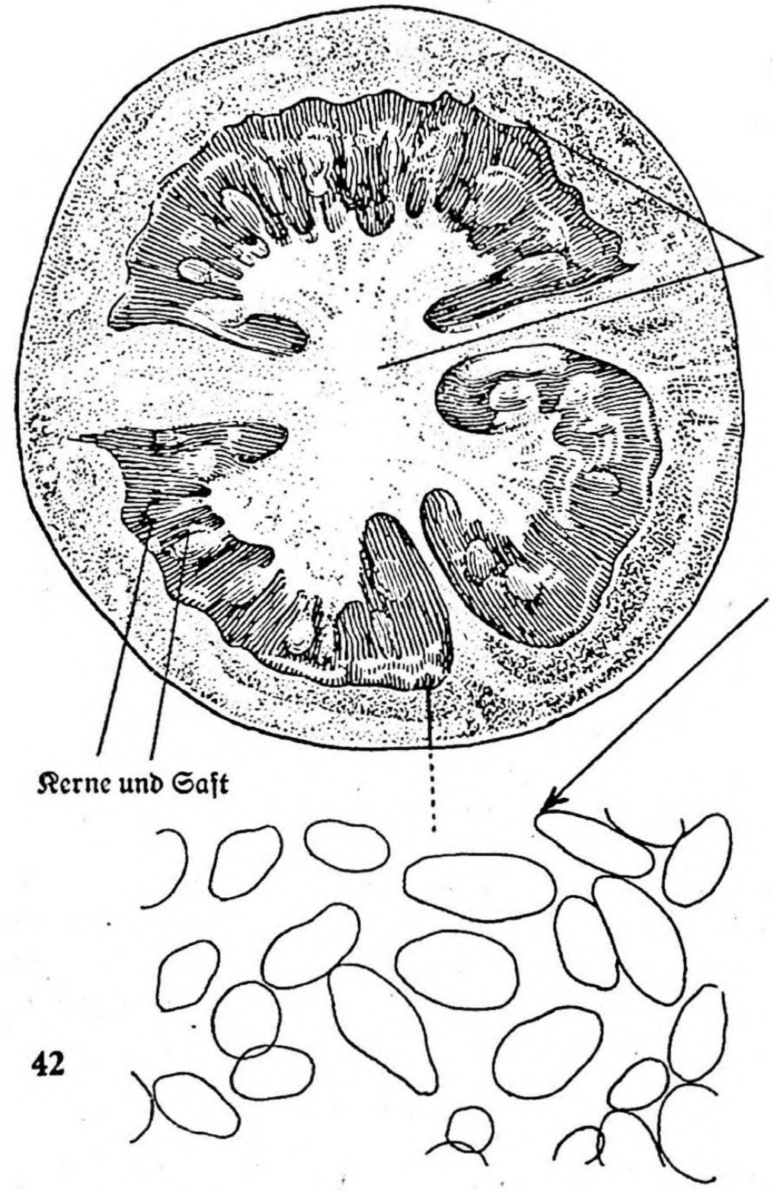
(Nach Tſchirſch-Oeſterle)
Anatomiſcher Atlas (abgändert)

Samenſchale

Die kleinen runden Körner ſind Eiweißkörper

Die ovalen Gebilde ſind Stärkekörner

Die Umrandungen ſtellen die Zellſtoffkammern dar



Querſchnitt durch eine Tomate.

Die punktierten Flächen ſtellen die fleiſchige Fruchtmaſſe der Tomate dar

Ein Ausſchnitt der fleiſchigen Fruchtmaſſe zeigt die mit Saft gefüllten Zellſtoffkammern im Saft ſchwimmend

Kerne und Saft

Vielfaches, das Waſſer im Innern der Zellen verwandelt ſich in Dampf und ſchließlich muß der Zellſtoff dem Druck weichen, er wird von innen heraus geſprengt, und damit ſind die Nährſtoffe freigelegt. Ein Gleiches wird erreicht beim Kochen und Dünſten der Gemüſe. Sollen dieſe im Rohzuſtand verzehrt werden, ſo iſt der Verdauung durch Aufhobeln oder Aufreiben geeignet vorzuarbeiten.

Geringere Schwierigkeiten bereitet die Angreifbarkeit bei jenen Pflanzenteilen, welche von weicher, lockerer, ſaftreicher Beſchaffenheit ſind. Wie die Abbildung eines Tomatenquerſchnittes zeigt, durchzieht der Zellſtoff hier in ganz lockeren feinen Bändern ein weiches, waſſerhaltiges Gebilde. Bei vielen von ihnen genügt ein Druck mit der Zunge, das Netzwerk iſt zerſtört, der nährſtoffreiche Saft ergießt ſich in die Mundhöhle und bietet ſich mit großer Oberfläche dem Angriff der Verdauungsſäfte dar, ſo daß eine Zubereitung umgangen werden kann.

In der Küchenpraxis handelt es ſich aber auch vielfach um die Bereitung von Teigmaſſen aus verſchiedenen Nahrungsmitteln, die in zerkleinertem Zuſtand mit anderen vermiſcht, zu einer einheitlichen Maſſe — einem Teig — verarbeitet werden. Die fertige Teigmaſſe muß ein lockeres, leicht durchdringbares Gefüge darſtellen, das in beſonderen Fällen ohne Kauarbeit verdaubar ſein muß.

Dies zu erreichen, werden geeignete Lockerungsmittel angewendet, auf deren Wirkung und ſachgemäße Verwendung in folgendem näher eingegangen werden ſoll.

Seit altersher werden zur Herſtellung beſonders lockerer poröſer Gebäcke Eier und Fett als Lockerungsmittel verwendet. Worin beſteht ihre Wirkung? Wird Fett verwendet, ſo pflegt man es ſchaumig zu rühren. Seine zähe Beſchaffenheit hilft die eingerührte Luft einzuſchließen und feſtzuhalten. Werden Eier verwendet, ſo ſchlägt man das Eiklar zu Schnee, das Gelbe rührt man ſchaumig. Durch die zähe Beſchaffenheit des Eiklars und des Eieröls im Eigelb wird auch hier die eingeſchlagene Luft eingeſchloſſen und feſtgehalten. Je größer die eingeführte Luftmenge, umſo intenſiver iſt auch die Lockerung. In Konditoreien und großen Küchenbetrieben werden durch Schlag- und Rührmaſchinen ungeheuere Luftmengen eingeführt und auf dieſe Weiſe auch mit wenigen Eiern und geringerer Fettmenge bedeutende Lockerung erzielt. Die in den Teigen eingeſchloſſene Luft erwärmt ſich während des Backens — dehnt ſich aus — hat das Beſtreben, aufzuſteigen — will aus der Teigmaſſe entweichen — wird aber durch die zähe Beſchaffenheit des Teiges daran gehindert. Sehr wohl aber wird der Teig dadurch gehoben. Er „ſteigt", im Innern bilden ſich Hohlräume, deren umſchließende Teigwände durch die Hitzeeinwirkung allmählich feſter werden, und das fertige Gebäck iſt gelockert.

Was hier durch die in Ei und Fett eingerührte Luft erreicht wird, kann auf billigere Weiſe durch die Verwendung von Hefe und Backpulver erzielt werden. Hier iſt es aber nicht die Luft, ſondern die Kohlenſäure, welche lockert.

Die Hefe, jene graugelbe, krümelige Maſſe, welche in der Küche verwendet wird, beſteht aus unzähligen, nur mit dem Mikroſkop erkennbaren pflanzlichen Kleinlebeweſen, den Hefepilzen. Wie alle Lebeweſen beſitzen auch dieſe die Fähigkeit, Fermente zu bilden. Das ſind Stoffe, welche andere Stoffe zerſetzen können, ſelbſt dabei unverändert bleiben. Durch ihre Fermente wird die Hefe nicht nur bei der Bier, Wein- und Brotbereitung, ſondern auch in der Küche bei der Zubereitung gelockerter Gebäcke wertvoll. Wird einem Mehlteig Hefe zugeführt, ſo **bilden deren Fermente aus dem Zucker des Teiges allmählich Alkohol und Kohlenſäure.** Die Kohlenſäure iſt hier der wertvollere Beſtandteil. Sie iſt ein Gas und wirkt in gleicher Weiſe lockernd wie die im Eiſchnee eingeſchlagene oder in Schaummaſſen eingerührte Luft. Durch angemeſſene Wärmezufuhr bei der Teigbereitung und durch „Gehenlaſſen" des Teiges kann ein beliebiger Lockerungsgrad erreicht werden, ſo daß es bei einigem praktiſchen Können gelingt, gerade mit Hilfe der Hefe außerordentlich lockere und ſomit leicht angreifbare Gebäcke zu erzielen.

Hefe kann in ihrer Wirkſamkeit erſetzt werden durch Backpulver.

Die bekannteſten ſind: Hirſchhornſalz = kohlenſaures Ammonium, Pottaſche = kohlenſaures Kalium, Natron = doppelkohlenſaures Natrium. Alle Markenbackpulver (z. B. Oetker und ähnliche) enthalten meiſt Natron und Weinſtein.

Alle Backpulver ſind alſo kohlenſaure Salze; der bei der Teiglockerung wirkſame Beſtandteil iſt auch hier die Kohlenſäure.

Werden die Backpulver den Teigen zugegeben, ſo wird allmählich durch die Wirkung der in allen Teigen oder im Backpulver ſelbſt vorhandenen Säuren (Milchſäure, eventuell Zitronenſäure, Weinſtein) und unter dem Einfluß der Ofenhitze die Kohlenſäure aus ihrer Verbindung frei und wirkſam. Backpulvergebäcke ſtehen hinſichtlich Lockerung hinter den Hefegebäcken zurück; denn es kann nur eine verhältnismäßig geringe Menge Backpulver verwendet werden, wenn unangenehmer Geſchmack verhindert werden ſoll. Um die in den Backpulvern gebundene Kohlenſäure voll zur Teiglockerung auszunützen, iſt zu merken:

1. Backpulver niemals in warmer Flüſſigkeit anrühren, ſondern mit dem Mehl zuſammen dem Teig untermiſchen! Markenbackpulver dürfen auch nicht mit kalter Flüſſigkeit angerührt werden, weil dadurch die Weinſteinſäure ſofort wirkſam wird und die Kohlenſäure vorzeitig austreibt.
2. Markenbackpulver erſt unmittelbar vor dem Backen dem Teig untermiſchen!
3. Für ſolche Teige, welche vor dem Backen ruhen müſſen, ſind nur Hirſchhornſalz, Pottaſche und Natron geeignet, weil dieſe erſt unter dem Einfluß der Ofenhitze voll wirkſam werden.

Schließlich iſt als Lockerungsmittel noch Rum und Arrak zu erwähnen. Der in dieſen enthaltene Alkohol wird bei Backhitze raſch gasförmig und lockert auf gleiche Weiſe wie die übrigen genannten Lockerungsmittel.

Gleichgültig, welche Lockerungsmittel Anwendung finden, **alle gelockerten Teige ſind mit großer Vorſicht zu backen.** Iſt die Ofenhitze zu ſchwach, ſo werden die Gebäcke nicht genügend gelockert, iſt ſie zu ſtark, ſo wird der Teig in die Höhe geriſſen, bildet im Innern große Hohlräume, Kruſtenbildung tritt ein, ehe die Teigmaſſe im Innern gefeſtigt iſt, der Teig fällt zuſammen und liefert ein ſpeckiges, geradezu unverdauliches Gebäck.

III. Die Bekömmlichkeit der Nahrung

Neben die Forderung ausreichenden Nährwertes und guter Verdaulichkeit tritt als gleichwichtig die der guten Bekömmlichkeit hinzu. Eine Nahrung kann nur dann als gut bekömmlich bezeichnet werden, wenn durch ſie keinerlei Störungen des Wohlbefindens veranlaßt werden. Von ausſchlaggebender Bedeutung in dieſer Hinſicht iſt, daß

1. **die Nahrung bezüglich Menge und Art den individuellen Bedürfniſſen Rechnung trägt.**

Wenn uns auch die Wiſſenſchaft in der Kalorienlehre und neuerdings durch die Forſchungen über den Mineralſtoff- und Ergänzungsſtoffhaushalt der Nahrung Richtlinien darüber in die Hand gibt, was und wieviel wir aufnehmen ſollen, ſo gibt ſie uns damit eben nur Grundlagen. Darüber hinaus bedürfen Verdauung und Stoffwechſel des Einzelnen noch beſonderer Berückſichtigung, um Störungen ſeines Wohlbefindens zu vermeiden.

So kann z. B. auch beim Geſunden die Auswertung der Nahrung und ſomit das Nährſtoffbedürfnis erheblich von der Norm abweichen. Bei dem einen wird die Nahrung durch die Verdauungsorgane gewiſſermaßen hindurchgejagt, ſie wird nur teilweiſe ausgenützt, folglich wird mehr Nahrung gebraucht, als der Körpergröße und Arbeitsleiſtung entſprechen würde. Bei anderen hingegen verläuft der Verdauungsprozeß langſam und gründlich; die Nahrung wird gut ausgewertet und der Körper findet ſchon in geringen Mengen ſo viel als er braucht. Während der eine große Nahrungsquantitäten benötigt, um das Gefühl der Sättigung zu erreichen, aus hygieniſchen und wirtſchaftlichen Gründen billiges „Füllmaterial", wie Kartoffeln und Suppe, in ſeine Tageskoſt mit einbezieht, wird der andere jeden unnötigen Ballaſt vermeiden, ſeine Koſt vielmehr ſo zuſammenſtellen, daß er in der ihm zuſagenden kleinen Menge das findet, was er braucht. Bevorzugung der Kohlenhydrate in einem Fall, des Fettes und der Eiweißſtoffe im anderen Fall, und beiden iſt geholfen.

Der Ablauf des Verdauungsvorganges beſtimmt aber auch die Verteilung der Tagesnahrung auf die einzelnen Mahlzeiten. In der Regel werden zwei Hauptmahlzeiten (Mittag- und Abendeſſen) und drei kleine Zwiſchenmahlzeiten (1. und 2. Frühſtück, Nachmittagsveſper) eingehalten. Die beiden Hauptmahlzeiten ſollen unſer Nahrungsbedürfnis faſt vollkommen decken, ſollen die Verdauungsorgane ausreichend und anhaltend mit Arbeit verſorgen. Die Nebenmahlzeiten hingegen ſollen nur anregen, dürfen aber den Organismus nicht belaſten, unſere Arbeitsfähigkeit nicht beeinträchtigen.

Nicht jedermann iſt aber auf Grund ſeiner körperlichen Konſtitution fähig, die Hauptmahlzeiten ſo ausgiebig zu geſtalten, daß die Nebenmahlzeiten entweder ganz umgangen werden können, oder nur der Anregung zu dienen haben; vielmehr werden dieſe die notwendige Ergänzung zu den beſcheidenen Hauptmahlzeiten bilden müſſen, um läſtiges, unbehagliches Hungergefühl zu beſeitigen. Der Erwachſene wird, inſofern er nicht ärztliche Verordnungen zu befolgen hat oder durch falſche Gewohnheiten irregeleitet iſt, von ſelbſt das Richtige treffen, er wird aus ſchlechten Erfahrungen lernen. Anders liegen die Verhältniſſe beim Kind, dem zumeiſt freie Beſtimmung nicht geſtattet iſt. Hier wird in der Praxis der Ernährung noch viel geſündigt: Das Glas Milch, das zum Eſſen getrunken werden muß, der Teller Suppe, der geleert werden muß, um in falſcher Wertauffaſſung den Ernährungszuſtand des ohnehin vielleicht recht beſcheidenen Eſſers zu heben, bilden nicht ſelten die Urſache unzureichender einſeitiger Ernährung. Der kleine Magen wird mit Ballaſtſtoffen gefüllt und wirkliche Wertnahrung (Mehlſpeiſen, Gemüſe, auch Fleiſch in mäßigen Mengen) bleibt dem Kind ſchließlich verſagt. Oder es werden die Hauptmahlzeiten ſo überladen, daß die Nahrung nur mangelhaft ausgewertet wird, Unbehagen verurſacht und wertvolle Zwiſchenmahlzeiten (Obſt, Butterbrot, Tomaten) in Wegfall kommen. Das Vermögen der Nahrungsaufnahme muß beſonders in der Krankenküche Berückſichtigung finden. Nahrungsbedürfnis und Nahrungsmenge ſind hier mit beſonderer Sorgfalt in Einklang zu bringen. Unnötiger Ballaſt iſt zu meiden, dafür ſind mit Geſchick und Sorgfalt nährende und anregende Nahrungsgebilde zu einem wertvollen Ganzen zu vereinigen. (Ein näheres Eingehen auf die Erforderniſſe der Krankenküche iſt nicht im Rahmen der Normalernährung gelegen. Näheres hierüber ſiehe unter „Kranken- und Diätküche“ von Dr. von Zwehl und von Weizenbeck.)

Beſondere Berückſichtigung muß auch das Bedürfnis des Einzelnen nach verdauungsanregenden Stoffen finden. Während der eine ſtets darauf bedacht ſein muß, durch chemiſch wirkſame Stoffe (Obſtſäure, Milchſäure) oder durch mechaniſche Reibungsmittel (Rohgemüſe, rohes Obſt, im beſonderen Dörrobſt, Schrotbrote und dergleichen) die Verdauungsorgane zu regerer Tätigkeit zu veranlaſſen, wird der andere ſolche Nahrungsbeſtandteile meiden; er wird „reizloſe“ Koſt wählen, um eine beſchleunigte Verdauung zu verhindern. Alſo die Anwendung allgemein gültiger Vorſchriften ſichert nicht die Bekömmlichkeit der Nahrung im Einzelfall.

2. Die Nahrung ſoll keine ſchädlichen Anregungsſtoffe enthalten.

Vielfach ſoll durch die Nahrungsaufnahme nicht nur Hunger und Durſt geſtillt werden, ſondern auch eine allgemein oder auch ſpezifiſch anregende Wirkung erzielt werden. Sei es auf Appetit und Verdauung oder auf das Geſamtnervenſyſtem oder auf die Organe des Blutkreislaufes. Gewürze, Eſſig uſw., welche als geſchmackanregende Faktoren beſondere Bedeutung beſitzen, ſind an geeigneter Stelle ſchon eingehend behandelt worden. Hier ſei nur nochmals an ihre ſchädliche Reizwirkung erinnert.

In Sonderheit finden in Nachfolgendem Kaffee, Tee und Alkohol nähere Betrachtung und Beurteilung.

Das, was wir als Kaffeegetränk genießen, iſt ein wäſſeriger Auszug der Kaffeebohnen, der zwar keinerlei Nährſtoffe, wohl aber anregende Beſtandteile verſchiedener Art enthält. Der Wohlgeſchmack und die verdauungsfördernde Wirkung ſind auf verſchiedene Extraktivſtoffe und ätheriſche Öle zurückzuführen, während die belebende, anregende Wirkung auf Nervenſyſtem und Blutkreislauforgane an das Coffeïn gebunden iſt. Erfahrungsgemäß kann durch Kaffee das Ermüdungsgefühl und ſomit das Bedürfnis nach Ruhe und Schlaf verſcheucht werden. Dies weiß beſonders der Geiſtesarbeiter zu ſchätzen, denn der ermüdete Geiſt findet nur langſam logiſche Zuſammenhänge und bedarf, wenn er ſich die notwendige Ruhe verſagen muß, der Anregung. Kaffee kann über dieſe Schwierigkeiten hinweghelfen, die Denkfähigkeit neu beleben. Darin liegen aber auch große Gefahren, beſonders dann, wenn regelmäßig das ermüdete Nervenſyſtem über ſeine wahre Leiſtungsfähigkeit hinaus zu weiterer Arbeitsleiſtung aufgepeitſcht wird. Nervöſe Überreizung wird die unausbleibliche Folge dieſes Unfuges ſein. Die anregende Wirkung auf die Kreislauforgane beſteht in der Hauptſache darin, daß der Kaffee ſowohl auf die Gefäße des Herzmuskels, als auch auf die des Gehirns und der Nieren einen erweiternden Einfluß ausübt. Bei manchen Menſchen tritt nach

Kaffeegenuß heftiges Herzklopfen, Pulsbeſchleunigung, Blutdruckerhöhung auf; bei anderen zeigen ſich gegenteilige Erſcheinungen. Die Mahnung zur Vorſicht iſt alſo berechtigt. Der Kaffee bildet keinen notwendigen Beſtandteil unſerer Nahrung; wir können bei geſunder Geſamtlebensweiſe auf ſeine Wirkung ganz verzichten, und ſomit iſt ſeine regelmäßige Einreihung als Nachmittagsgetränk oder als Abſchluß des Mittageſſens nicht notwendig.

Wird Kaffee nur zuweilen genoſſen, als mäßig ſtarker Aufguß, mit Milch und Zucker angereichert, ſo treten ſeine ſchädlichen Wirkungen kaum in Erſcheinung. (Dem coffeïnfreien Kaffee iſt das Coffeïn faſt ganz entzogen. Er beſitzt nahezu unverminderten Wohlgeſchmack, übt aber keine Coffeïnwirkung mehr aus.)

Als Tee bezeichnet man die auf verſchiedene Weiſe behandelten getrockneten Blattknoſpen und jungen Blätter der Teepflanze, welche in China, Japan, Ceylon, Java und Oſtindien heimiſch iſt. Das Teegetränk iſt der wäſſerige Auszug dieſer Teeblätter. Auch hier ſind es nicht etwa nährende Beſtandteile, welche ihm Geltung verſchaffen, ſondern anregende Stoffe, unter denen das Coffeïn (früher Theïn genannt, da man es für einen anderen, dem Coffeïn nur ähnlichen Stoff hielt) größte Bedeutung hat. Seine Wirkung auf den Körper iſt ähnlich der des Kaffees, aber bedeutend ſchwächer, weil Tee meiſt als ſehr verdünnter Aufguß getrunken wird. Ungünſtige Folgeerſcheinungen treten in der Regel nur nach gewohnheitsmäßigem Genuß ſehr theïnhaltiger Aufgüſſe ein. Sie können ſich äußern in unnatürlicher Erregtheit, nicht einſchlafen können, aufregenden Träumen und Muskelzittern. Auf die Verdauungsorgane wirkt Tee durch ſeinen Gerbſäuregehalt viel mehr hemmend als fördernd, weshalb Perſonen mit träger Darmtätigkeit den Teegenuß möglichſt einſchränken ſollen.

Der Kakao iſt ob ſeines Fett- und Stärkegehaltes viel mehr als Nahrungsmittel, denn als Genußmittel zu werten, zumal ſeine anregende Wirkung ſo gering iſt, daß ſie von den meiſten Menſchen gar nicht wahrgenommen wird.

In unſerer bisherigen Ernährungsweiſe bilden Tee, Kaffee und Kakao die eigentlichen Frühſtücksgetränke. Wenn auch manche modernen Beſtrebungen andere Nahrungsmittel wie Obſt, Hafergerichte uſw. in den Vordergrund ſtellen, ſo wird doch gerade in dieſem Fall Althergebrachtes auch aus praktiſchen Gründen noch Geltung behalten. Wie ſind Kaffee, Tee, Kakao als Frühſtücksgetränk zu werten? Das erſte Frühſtück hat die Aufgabe, den Körper für die vormittägigen Arbeitsſtunden auszurüſten, den über Nacht leer gewordenen Magen mit Arbeit zu verſorgen, um das peinliche Gefühl der Magenleere oder der Magenſchwäche zu beſeitigen, ohne unangenehme Belaſtung zu erzeugen. Das Gefühl des Nüchternſeins löſt wohl bei den meiſten Menſchen ein Bedürfnis nach warmer, anregend ſchmeckender Nahrung aus; in dieſer Hinſicht befriedigen all die genannten Getränke, ſo verſchieden ihr Geſchmack auch ſein kann. Hingegen der Nährwert der Getränke zeigt große Unterſchiede. Ohne Zweifel kann der leichte Teeaufguß am wenigſten mit Milch, Rahm und Zucker angereichert werden, ohne daß ſein Wohlgeſchmack in hohem Maße Einbuße erleidet. Es wird in der Regel kräftige Beikoſt nötig ſein, wenn das Teefrühſtück einige Zeit nachhalten ſoll. Kaffee kann bedeutend mehr Milch und Zucker aufnehmen; ſelbſt der ſogenannte Milchkaffee oder die Kaffeemilch trägt noch ausgeſprochenen Kaffeegeſchmack, ohne daß ſchädliche Coffeïnwirkungen zu befürchten ſind. Kakao ſtellt das hochwertigſte Getränk dar, zumal, wenn er ganz mit Milch bereitet iſt. Als beſonders nährſtoffreiches Frühſtück ſei hier die ehemals ſehr gebräuchliche Mehlſuppe genannt.

Die richtige Auswahl treffen, fordert Rückſichtnahme auf die individuelle Beſchaffenheit der Verdauungsorgane und auf das Ausmaß der vormittägigen Arbeitsleiſtung. Nicht jeder Magen iſt bereit, das Tagewerk mit kräftiger Koſt zu beginnen; in dieſem Fall dürfte es günſtiger ſein, nur ein leichtes erſtes Frühſtück zu bieten (Tee), und nach einigen Stunden ein zweites Frühſtück (Obſt und Brot oder Milch und Brot) folgen zu laſſen. Verlangen die Vormittagsſtunden intenſive Arbeit, Bewegung in friſcher Luft, ſo erſcheint ein kräftiges Frühſtück (Kaffee, Kakao oder Suppe) mit entſprechender Beinahrung (Brot, Marmelade, Honig) angezeigt.

Die alkoholiſchen Getränke nehmen ob ihrer Wirkung eine Sonderſtellung ein. Ihre Herſtellung beruht bei allen darauf, daß zuckerhaltige Pflanzenauszüge mit Hefe verſetzt werden, wodurch aus dem Zucker allmählich Alkohol und Kohlenſäure entſtehen. Zur Erzeugung beſonders alkoholreicher Getränke wird der Alkohol abdeſtilliert. Der Alkoholgehalt beträgt bei Bier 3 bis 5 Prozent, bei Wein 7 bis 14 Prozent, bei Branntwein bis 40 Prozent. Der in Form dieſer Getränke genoſſene Alkohol wird von den Schleimhäuten des Magens und Darmes ſehr bald aufgeſogen und in den Blutſtrom gebracht. Die Aufſaugung erfolgt um ſo ſchneller, je alkoholreicher das Getränk iſt, je weniger Speiſen der Magen enthält; außerdem wird der Übertritt in das Blut durch Erwärmung bedeutend beſchleunigt (Punſch). Mit dem Blut gelangt der Alkohol in alle Gewebe und Organe, namentlich in die gefäßreichen Organe wie Gehirn, Leber, Niere und Lunge, bis er ſchließlich verbrannt wird. Ein Gramm Alkohol liefert 7 Kalorien. Seiner ſchädlichen Wirkungen wegen kann Alkohol aber nicht als Nährſtoff verwendet werden. Geringe Alkoholmengen regen Herztätigkeit und Verdauung an und laſſen Ermüdungserſcheinungen vergeſſen. Übermäßiger Genuß kann ſogar ſchon im Einzelfall ſchwere geſundheitliche Störungen bringen. Ganz beſonders gilt das aber bei regelmäßiger reichlicher Alkoholzufuhr. Der Reiz auf die Magen- und Darmſchleimhaut kann Erkrankungen dieſer Organe auslöſen, Leber, Niere, Herz und Blutgefäße können ſchwer geſchädigt werden. Die Widerſtandsfähigkeit gegen Krankheiten, im beſonderen gegen Infektionskrankheiten, wird ſtark vermindert. Beſonders verheerend wirkt Alkoholmißbrauch auf das Gehirn und das Geſamtnervenſyſtem ein.

Alle wiſſenſchaftlich begründeten Urteile ſtimmen darin überein, daß Jugendlichen unter 16 Jahren der Genuß von Alkohol abſolut zu verſagen iſt und bei geſunden Erwachſenen nur mäßige Mengen als zuläſſig angeſehen werden dürfen. Der geſunde Erwachſene kann eine tägliche Menge von 25 bis 40 Gramm Alkohol ohne Nachteil vertragen. Dieſe Alkoholmenge iſt enthalten in 0,70 bis 1 Liter Bier, 0,3 bis 0,5 Liter Wein, in 70 bis 100 Kubikzentimeter Branntwein.

Unſere Volksgetränke ſind Bier und in Weingegenden Wein. Dürfen ſie als durſtlöſchende Getränke verwendet werden? Es darf hier wohl ausgeſprochen werden, daß in der breiten Maſſe des Volkes nicht getrunken wird, um den Durſt zu löſchen, ſondern aus Gewohnheit. Es wird vielfach angenommen, daß z. B. eine gewiſſe Biermenge eben einfach zum täglichen Nahrungsbedarf gerechnet werden muß; dieſe Menge wird getrunken, ohne daß ausgeſprochenes Bedürfnis danach beſteht, eben nur aus Gewohnheit. Dagegen iſt von vorneherein Stellung zu nehmen, denn unnötige Flüſſigkeitsmengen fordern von unſeren Organen nur unnötige Arbeit. Iſt hingegen wirklich Durſt vorhanden, ſo kann dieſer meiſt mit beſcheidenen Flüſſigkeitsmengen gelöſcht werden, ſo daß mit ½ bis 1 Liter Bier oder ¼ bis ½ Liter Wein ſehr wohl der erwünſchte Erfolg erzielt werden kann. Schließlich ſtehen uns aber noch hochwertige, auch billigere und zur Durſtlöſchung beſſer geeignete Getränke zur Verfügung, welche keinerlei Schädigungen herbeiführen. Allen voran die Milch, welche gut gekühlt, in kleinen Schlucken getrunken, hervorragend geeignet iſt, Durſt zu löſchen. Fernerhin die friſchen Obſtſäfte (Zitrone, Apfelſine und andere), die alle hochwertige Getränke liefern; daneben die alkoholfreien Apfel-, Trauben- oder ſonſtigen Beerenſäfte, welche ſich unter dem Namen „flüſſiges Obſt“ immer mehr einführen, als Volksgetränke aber noch zu teuer ſind. Schließlich können noch verſchiedene Teemiſchungen aus heimiſchen Kräutern (Pfefferminz, Meliſſe, Fenchel) wohlſchmeckende Getränke liefern. Als letztes ſei noch gutes reines Brunnenwaſſer genannt, dem doch in hervorragendem Maß durſtlöſchende Eigenſchaften zugeſprochen werden können.

Alſo iſt die regelmäßige Aufnahme alkoholiſcher Getränke nicht zu begünſtigen.

3. Die Nahrung ſoll frei ſein von Krankheitskeimen, ſchädlichen Zerſetzungsprodukten und Schmarotzern.

Ein großer Teil aller Erkrankungen, welche die Menſchheit von jeher heimſuchen, iſt auf die Wirkung von Bakterien zurückzuführen. Dieſe kommen in der Luft vor und ſind naturgemäß überall da zu finden, wo Luft Zutritt hat. Sie haften an den Händen, an den Kleidern und gelangen ſchließlich durch offene Hautſtellen oder mit der Luft durch die Atmungsorgane oder mit der Nahrung durch die Verdauungsorgane in den Körper. Treten ihnen hier nicht genügend wirkſame Abwehrkräfte entgegen, ſo rufen die Bakterien auf Grund der ihnen eigenen Wirkung eine Infektionskrankheit hervor.

Die Nahrung wird zum Bakterienträger dadurch, daß ſie von Luft umgeben iſt; nur ein luftdichtes Verſchließen in luftleeren Gefäßen könnte dieſe Tatſache ändern. Die Nahrungsmittel gehen durch viele Hände, bis ſie in unſeren Beſitz gelangen, und was Menſchenhände und Menſchenatem nicht verſchulden, das beſorgen ſchließlich noch Inſekten, welche auf den Nahrungsmitteln Ruhe und Nahrung ſuchen und dabei die ihnen anhaftenden Bakterien übertragen. Am gefährlichſten werden uns jene Nahrungsmittel, welche auf Grund ihrer Zuſammenſetzung beſonders günſtige Bakteriennahrung bilden, wie Milch, Schlagrahm, Gelatineſpeiſen. Daß alle mit Schmutz und Staub behafteten Nahrungsmittel von klebriger Außenbeſchaffenheit ſehr bakterienhaltig ſein können, iſt verſtändlich, und ſchließlich darf nicht vergeſſen werden, daß im beſonderen die tieriſchen Nahrungsmittel ſchon von Haus aus Krankheitskeime beherbergen können. (Z. B. Milch, Schlagrahm können Typhus- oder Tuberkelbazillen von der Kuh her enthalten; desgleichen kann das Fleiſch kranker Tiere die die Krankheit verurſachenden Keime in ſich bergen.)

Wie ſchützen wir uns davor?

Zuerſt dürfen die Abwehrkräfte, deren ſich der Körper normalerweiſe bedient, genannt werden. Schon gleich im Magen werden die Bakterien von der Magenſalzſäure zum großen Teil vernichtet, vorausgeſetzt, daß die Salzſäureproduktion ausreicht und daß nicht durch unzweckmäßiges Trinken die Salzſäure ſo ſtark verdünnt wird, daß ſie praktiſch nicht mehr wirken kann. Jene Bakterien, welche dieſer Abwehr entgehen, werden durch die Darmſchleimhaut, welche wie ein Filter wirkt, am Eindringen in das Körperinnere zurückgehalten. Sollte es dennoch paſſieren, daß Bakterien in den Blutſtrom gelangen, ſo werden ſie von den weißen Blutkörperchen vertilgt. Damit erklärt ſich die Erfahrung, daß ſich Infektionen, welche durch die mit der Nahrung aufgenommenen Bakterien zuſtandekommen, faſt ausſchließlich auf die Verdauungsorgane (Mundhöhle, Rachen, Magen, Darm) beſchränken, allerdings hier zuweilen großes Unheil ſtiften können.

Einen zuverläſſigen Schutz gewährt uns die Zubereitung durch ausreichende Hitzeeinwirkung. Milch einige Male aufgeſtrudelt, Fleiſch bis zur vollſtändigen Graufärbung gekocht oder gebraten, desgleichen gedünſtete oder gekochte Gemüſe oder gekochtes Obſt dürfen als keimfrei betrachtet werden, vorausgeſetzt, daß ſie auch nach der Zubereitung gleich verzehrt werden. Es wäre falſch, daraus zu ſchließen, daß nun auf jede Rohnahrung verzichtet werden muß. Für die Rohkoſt kommen doch hauptſächlich Gemüſe und Früchte in Betracht. Die meiſten von ihnen ſind mit einer derben ſchützenden Hülle umgeben, die nach ihrer Entfernung einen bakterienfreien Inhalt genießen läßt.

Für jene Nahrungsmittel aber, welche ſamt ihrer äußeren Schicht genoſſen werden müſſen (weiche Beeren, Blattſalate), iſt peinliche Säuberung dringend zu raten, um wenigſtens den beſonders bakterienhaltigen Schmutz zu beſeitigen. Schließlich ſei hier noch erwähnt, daß gründliche wiederholte Reinigung der Hände ſowohl für den Kochenden als auch für den Eſſenden als ein ganz ſelbſtverſtändliches Gebot der Hygiene betrachtet werden muß.

Mindeſtens ebenſo gefährlich wie die Krankheitserreger können uns die Gärungserreger werden. Das ſind ebenfalls Bakterien. Sie wirken aber nicht wie jene in der Weiſe, daß ſie in unſerem Körper für uns ſchädliche Stoffwechſelprodukte (Toxine) abgeben, ſondern ſie zerſetzen Beſtandteile unſerer Nahrung und bilden daraus zuweilen ganz andere Stoffe, welche wie Gifte wirken können. Solche Zerſetzungsvorgänge — Gärungen — harmloſer Art ſind z. B. die Bildung von Milchſäure aus dem Zucker, welche das Sauerwerden und Gerinnen der Milch veranlaßt, oder die alkoholiſche Gärung von Marmeladen und Obſtſäften. Bei manchen ſehr empfindlichen Individuen (kleinen Kindern) können zwar auch dadurch Geſundheitsſtörungen veranlaßt werden; ſchwere Schädigungen hingegen können aus jenen Produkten entſtehen, welche die Fäulnisbakterien durch chemiſche Umſetzung der Eiweißſtoffe bilden. Gelangen ſolche Fäulnisprodukte mit verdorbenem Fleiſch oder Käſe, Pilzen und dergleichen in unſeren Körper, ſo können ſie wie ſchwere Gifte wirken. Beſondere Vorſicht iſt geboten bei ſehr weichem waſſerhaltigen Fleiſch, das auf Grund ſeiner Beſchaffenheit leichter angegriffen wird als das Fleiſch derber Struktur. (Beſonders gefährlich in dieſer Hinſicht ſind Fiſchfleiſch, Muſcheltiere, Hackfleiſch, Fleiſchſalat, weiche Streichwürſte und Büchſenfleiſch.) Das Vorhandenſein ſolcher Fäulnisſtoffe iſt erkennbar an der fahlen Farbe, an der ſchmierigen Beſchaffenheit, am Geruch und am Geſchmack. Dieſe äußeren Kennzeichen durch Waſchen mit Eſſigwaſſer oder übermanganſaurer Kalilöſung zu beſeitigen, muß als große Fahrläſſigkeit verurteilt werden, denn die Giftſtoffe bleiben doch zum Teil zurück, ſie ſind für unſere Sinne nur nicht mehr erkennbar. Die oft tödlich verlaufenden Vergiftungen nach dem Genuß von Büchſenkonſerven, Fiſchen, Würſten (Botulismus) ſind zurückzuführen auf Bakterien, welche Bakteriengifte (Toxine) bilden, die mit der Nahrung in unſeren Körper gelangen und tödlich wirken können. Ein genügend langes Erhitzen auf mindeſtens 60 Grad macht das Toxin unſchädlich. Dies läßt die Mahnung zu beſonderer Vorſicht gerechtfertigt erſcheinen, weiche Würſte, Fleiſchſülze, Fleiſchſalat, Fleiſchkonſerven und Gemüſekonſerven nur in tadelloſem, friſchen Zuſtand zu verzehren, den Inhalt einer geöffneten Konſervenbüchſe ſofort zu verwenden, wenn möglich vor dem Genuß zu erhitzen! Die Nahrungsmenge iſt ſo zu bemeſſen, daß keine Reſte bleiben, denn gerade durch den Verzehr derſelben wird oft Unheil geſtiftet!

Die Nahrung kann auch noch durch Paraſiten, das ſind tieriſche Schmarotzer, zur Krankheitsurſache werden.

Die Finnen ſind die Larven des Bandwurms, die hauptſächlich von Rindern und Schweinen beherbergt werden, und zwar zumeiſt im Bindegewebe der Muskelmaſſe. Werden ſolche Larven mit rohem Fleiſch genoſſen, ſo ſetzen ſie ſich an der inneren Darmwand feſt und wachſen zu dem mehrere Meter langen Bandwurm heran, der läſtige Beſchwerden verurſacht.

Viel gefährlicher können die Trichinen werden. Sie finden ſich hauptſächlich im Muskelfleiſch von Schweinen als ganz kleine, wurmartige Tierchen, welche in einer Kapſel eingeſchloſſen ſind. Wird ſolch trichinenhaltiges Fleiſch genoſſen, ſo löſt ſich die Kapſel im Magen auf, das Tierchen wird frei, gelangt in den Darm, vermehrt ſich dort, die Trichinen durchbrechen die Darmwand, gelangen mit dem Blutſtrom in den ganzen Körper und rufen eine nicht ſelten zum Tod führende Krankheit, die Trichinoſe, hervor. Durch die amtliche Fleiſchbeſchau wird alles Fleiſch, das in den Handel kommt, nach Finnen und Trichinen mikroſkopiſch unterſucht, und was ſich als nicht einwandfrei erweiſt, wird entweder vom Verkauf ausgeſchloſſen oder darf nur in gekochtem Zuſtand verabreicht werden. Trotz Fleiſchbeſchau iſt jedoch die Möglichkeit vorhanden, daß einmal finnen- oder trichinenhaltiges Fleiſch genoſſen wird; deshalb iſt zu empfehlen, Fleiſch, auch Pöckel- und Räucherwaren nur in zubereitetem Zuſtand zu verzehren, da bei 70 Grad die Schmarotzer getötet werden. (An dieſer Stelle ſei an die Gefahr, die mit dem Genuß „ſchwarzgeſchlachteten" Fleiſches verbunden iſt, erinnert.)

Spulwürmer bzw. deren Eier können beſonders durch die pflanzlichen Nahrungsmittel in den Körper gelangen. Faſt alle Rinder beherbergen Spulwürmer; dieſe oder deren Eier werden mit dem Dünger auf die Erde gebracht und es erſcheint verſtändlich, daß insbeſondere kleinen Gemüſepflanzen, welche dicht auf dem Boden wachſen (Feldſalat uſw.), ſolche Spulwurmeier anhaften, aus denen ſich dann in unſerem Darm Spulwürmer entwickeln können. Nur peinliche Säuberung und Zubereitung kann uns davor ſchützen.

Selbſt ganz einwandfreie Nahrung kann noch das Wohlbefinden ſtören, wenn ſie Stoffe enthält, die von dem einzelnen Menſchen wegen angeborener oder erworbener Überempfindlichkeit nicht vertragen werden. So können z. B. Milch, Rahm, Käſe, Eier, manche Fleiſchſorten, manche Gemüſe und Früchte Beſchwerden in den Verdauungsorganen (Blähungen, Übelkeit, Durchfall, Verſtopfung) verurſachen oder Fieber, Hautausſchläge hervorrufen. (Durch Gewöhnung, alſo durch regelmäßigen Genuß ſolcher Nahrungsmittel kann in manchen Fällen Überempfindlichkeit beſeitigt werden.)

Schließlich darf nicht vergeſſen werden, daß die Art und Weiſe des Eſſens weſentlich die Bekömmlichkeit der Nahrung beeinflußt. Die Hygiene des Eſſens fordert: Richtige Temperatur (für warme Speiſen nicht über 40 Grad, für kalte Speiſen und Getränke nicht unter 8 Grad; kältere Speiſen, z. B. Eis, ſind im Mund erſt anzuwärmen), gründliches gutes Kauen und mäßige Flüſſigkeitsaufnahme. Während des Eſſens zu trinken kann deshalb ſchädlich werden, weil durch die Flüſſigkeitszufuhr der Magenſaft verdünnt wird und ſeine bakterientötende Wirkung einbüßt. Dadurch können Gärungen entſtehen, welche vorübergehend das Wohlbefinden ſtören.

Eine Überſchau läßt die wichtigſten Gebote der Ernährungshygiene, welche gute Bekömmlichkeit verbürgen, kurz zuſammenfaſſen:

1. Mäßigkeit im Eſſen und Trinken,
2. Regelmäßigkeit in der Nahrungsaufnahme,
3. eine den beſonderen Bedürfniſſen entſprechende Nahrung auswählen,
4. nur unverdorbene Nahrung genießen,
5. peinliche Sauberkeit in der Zubereitung,
6. Meidung ſchädlicher Reizſtoffe und
7. richtiges vernünftiges Eſſen!

Als weſentliche Punkte unſerer bisherigen Überlegungen erkennen wir alſo:

1. ausreichenden Nährwert,
2. gute Verdaulichkeit,
3. beſte Bekömmlichkeit.

Ein Vergleich zwiſchen den tieriſchen und pflanzlichen Nahrungsmitteln klärt die Frage, in welchem Ausmaß beide Nahrungsmittelgruppen vertreten ſein ſollen und können, um den hygieniſchen Forderungen Genüge zu leiſten.

1. Nährwert.

1. Die pflanzlichen Nahrungsmittel können bei richtiger Zuſammenſtellung den Körper vollkommen ernähren!

Bei reiner Pflanzenkoſt iſt Eiweiß aus Samenobſt, Hülſenfrüchten und Getreiden zu beziehen. Zur Deckung des Bedürfniſſes an Kohlenhydraten kommen neben den genannten noch Kartoffeln und Fruchtobſt zur Verwendung. Die nötigen Mineralſtoffe und Ergänzungsſtoffe liefern in hervorragender Weiſe Gemüſe und Fruchtobſt. Fett iſt durch Samenobſt erhältlich.

2. Die tieriſchen Nahrungsmittel liefern vor allem Eiweiß und Fett. Kohlenhydrate fehlen faſt ganz, der Gehalt an Mineralſtoffen iſt inſofern nicht befriedigend, als wichtige Mineralſtoffe fehlen und mit Ausnahme der Milch bedeutender Säureüberſchuß geliefert wird. Die Ergänzungsſtoffe ſind von weitaus geringerer Bedeutung. Im Gegenſatz zu den pflanzlichen Nahrungsmitteln können die tieriſchen unſeren Nahrungsbedarf nicht vollkommen decken. Es empfiehlt ſich, zur Deckung des Eiweiß- und Fettbedarfes in erſter Linie die tieriſchen Nahrungsmittel heranzuziehen und der übrigen Nährſtoffe wegen die pflanzlichen Nahrungsmittel ausgiebigſt in die Tageskoſt miteinzubeziehen.

2. Verdaulichkeit.

1. Die pflanzlichen Nahrungsmittel ſtellen an die Verdauungsorgane große Anforderungen. Bei allen ſind die Nährſtoffe in unverdaulichen Zellſtoff eingeſchloſſen, der je nach Beſchaffenheit der Auslaugung großen Widerſtand leiſtet. Nur nach guter Zerkleinerung, bzw. Zerſprengung des Zellſtoffes iſt befriedigende Ausnützung der Nährſtoffe möglich.

2. Die tieriſchen Nahrungsmittel hingegen ſind leichter ausnützbar, da ſie keinen Zellſtoff beſitzen.

3. Bekömmlichkeit.

1. Die pflanzlichen Nahrungsmittel enthalten für unſeren Geſamtſtoffwechſel außerordentlich wertvolle Mineralſtoffe (Baſenbildner) und ſind zum Teil von überragender Vitaminwirkſamkeit.

Der Zellſtoff regt die Verdauungsorgane zu reger Tätigkeit an, was für darmträge Perſonen beſonders wertvoll iſt.

Die pflanzlichen Nahrungsmittel enthalten große Mengen an füllenden Ballaſtſtoffen (Waſſer- und Zellſtoff). Dies iſt wertvoll bei ſehr eßluſtigen Perſonen, um ſie vor Überernährung zu ſchützen; iſt hingegen bei Perſonen mit geringem Appetit nachteilig, da die Aufnahme der unbedingt nötigen Nährſtoffmengen dadurch behindert werden kann.

Die pflanzlichen Nahrungsmittel belaſten, wenn ſie in größeren Mengen zugeführt werden, die Verdauungsorgane ſtark; durch ihren Gehalt an blähenden Stoffen ſtören ſie zuweilen das Wohlbefinden. Allerdings treten dieſe unangenehmen Erſcheinungen mehr und mehr zurück, wenn der Körper an Pflanzenkoſt gewöhnt iſt.

2. Die tieriſchen Nahrungsmittel enthalten, die Milch ausgenommen, wenig Ballaſtſtoffe. Dies iſt wertvoll bei Perſonen mit geringem Eßvermögen; es bringt Gefahr dann, wenn zur Befriedigung der Eßluſt große Mengen nötig ſind, da der Körper mit ſtoffwechſelbelaſtenden Schlacken überhäuft wird.

Der Mangel an wichtigen Mineralſtoffen, der Säureüberſchuß und die teilweiſe geringe Vitaminwirkſamkeit kann zu Krankheiten führen, wenn nicht durch Pflanzenkoſt entſprechend ergänzt wird. Durch den Mangel an mechaniſch anregenden Stoffen wird mit der Zeit Verdauungsträgheit veranlaßt.

Aus dieſer Gegenüberſtellung ergibt ſich, daß die auch heute noch von vielen Hygienikern anerkannte Miſchkoſt mit Recht beſtehen kann. In richtiger Weiſe tieriſch und pflanzliche Nahrung gemiſcht, d. h. ungefähr ſiebenmal ſo viel Gewicht an Kartoffeln, Gemüſe und Fruchtobſt als an anderen Nahrungsmitteln gewählt, deckt

1. unſeren Nährſtoffwert in vollkommener Weiſe, regt
2. die Verdauungsorgane zur Tätigkeit an, ſchützt
3. vor Stoffwechſelerkrankungen und bringt
4. angenehme Abwechſlung in den Küchenzettel.

IV. Wirtſchaft und Ernährung

Soll die Ernährungsfrage im Intereſſe unſerer geſamten Volkswirtſchaft gelöſt werden, ſo bedarf es der verantwortungsbewußten, pflichtgebundenen Zuſammenarbeit aller daran beteiligten Kreiſe: der Erzeuger der Nahrungsgüter, der Verarbeiter dieſer Produkte in den einſchlägigen Gewerben, der Händler und nicht zum geringſten Teil der verbrauchenden Hausfrau.

Das Ziel der Agrarpolitik des Dritten Reiches

beſteht darin, neben dem Wiederaufbau des Bauerntums, Deutſchlands Nahrungsfreiheit ſicherzuſtellen.

Alle Beſtimmungen, welche die Erreichung dieſes Zieles gewährleiſten ſollen, ſind verankert im Reichserbhofgeſetz und im Reichsnährſtandsgeſetz. Erſteres ſichert die erbmäßige Verbundenheit des Bauern mit der Scholle, letzteres ſchafft die wirtſchaftlichen Bedingungen für den Beſtand des Hofes und der geſamten Nahrungsmittelerzeugung, indem es den Markt auf allen einſchlägigen Gebieten regelt oder „ordnet".

Dieſe Marktordnung hat im weſentlichen zwei Hauptaufgaben zu erfüllen.

I. Jedem deutſchen Volksgenoſſen ſein tägliches Brot zu ſichern.

II. Für Erzeuger und Verbraucher angemeſſene Preiſe zu wahren.

I. Seit der Machtübernahme durch den Nationalſozialismus führt das deutſche Volk einen zielbewußten Kampf zur Sicherung ſeiner Nahrungsfreiheit. Es muß mit der Zeit gelingen, unſere Eigenerzeugung ſo zu heben, daß unſere Ernährung im Notfall ohne Einfuhr von Auslandswaren, alſo lediglich durch Produkte des eigenen Landes, ſichergeſtellt iſt.

Während in den Vereinigten Staaten Amerikas für je 100 Menſchen 120 Hektar an landwirtſchaftlicher Nutzfläche zur Verfügung ſtehen, in Frankreich 80 Hektar berechnet ſind, treffen in Deutſchland auf je 100 Menſchen nur 45 Hektar.

Ein 80-Millionenvolk auf ſo beſchränktem Boden zu ernähren, bedarf eines ungeheuren Arbeitseinſatzes und zielbewußten Zuſammenhelfens aller, die daran beteiligt ſind.

Soll die landwirtſchaftliche Produktion dem Bedarf des Volkes angepaßt werden, ſo muß ſich der Bauer verpflichten, ſeinen Hof ſo ertragreich als möglich zu bewirtſchaften. Durch umfaſſende Aufklärungsarbeit der beauftragten Stellen des Reichsnährſtandes wird dafür geſorgt, daß jedes Stückchen Boden aufs beſte genutzt wird. Art und Weiſe der Bodenbehandlung, Ausnützung der Anbaufläche, Futtermittelverſorgung, Viehhaltung, Milchbehandlung uſw., ſind heute nicht mehr dem Belieben des einzelnen überlaſſen, ſondern unterſtehen der Betreuung des Reichsnährſtandes. Beſichtigungen von Muſterbetrieben, Sprechabende, landwirtſchaftliche Beratungsſtellen und Rundfunkvorträge ſorgen heute für Aufklärung und Belehrung auch in den entlegendſten Bezirken. **Bäuerlicher Beſitz und bäuerliche Arbeitskraft ſind voll und ganz in den Dienſt des Volkswohls geſtellt!**

Trotzdem ſind wir heute noch gezwungen, Lebensmittel vom Ausland einzuführen, weil wir noch nicht ſo viel auf eigenem Boden erzeugen können, als wir benötigen. Vor allem fehlt es noch an Futtermitteln, weshalb die Viehhaltung und damit die Verſorgung mit Schlächtereifetten noch nicht unſerem Bedarf entſpricht. Die Einfuhr ausländiſcher Erzeugniſſe überſteigt ſogar zuweilen unſeren Bedarf, weil wir vielfach gezwungen ſind, für Lieferungen von Induſtrieerzeugniſſen Lebensmittel in Tauſch zu nehmen, oder von uns gebrauchte Rohſtoffe mit anderen Waren gekoppelt werden. Wenn alſo hin und wieder mehr Auslandserzeugniſſe auf dem Markt zu ſehen ſind, ſo wird das zum Wohl des deutſchen Volkes, im beſonderen zum Wohl des deutſchen Arbeiters nötig ſein.

Nachfolgende Statiſtik, entnommen dem „Wirtſchaftsdienſt“, Zeitſchrift für deutſche Wirtſchaftspolitik, XXI. Jahrg. Nr. 40, ſtellt den Rückgang der deutſchen Nahrungsmitteleinfuhr ſeit dem Jahre 1929 dar.

Deutſchlands Einfuhr von Nahrungsmitteln

	1935		1933		1929	
	1000 dz.	Mill. ℛℳ	1000 dz.	Mill. ℛℳ	1000 dz.	Mill. ℛℳ
Getreide und Futtermittel	15799	114,3	24043	206,3	63420	1217,0
Hülſenfrüchte	1232	24,5	887	12,2	1015	43,9
Öle und Fette	4912	187,5	4675	208,1	5006	767,9
Ölſaaten und Früchte	13344	155,4	22907	286,6	25976	860,7
Kartoffeln	602	8,0	713	5,6	3077	30,7
Gemüſe	2655	43,1	2939	47,1	5206	142,8
Obſt	2826	97,2	4693	113,6	4560	211,9
Südfrüchte	5307	143,9	5618	143,2	4978	244,2
Kolonialwaren	2371	165,5	2238	168,8	2439	528,6
Tabak	873	118,9	788	120,3	1028	248,9
Lebende Tiere	874	45,2	430	30,8	1689	149,7
Fleiſch und Speck	636	54,9	487	36,1	1300	154,1
Käſe	280	26,8	412	33,7	665	106,3
Eier	646	62,1	839	78,8	1681	280,1
Fiſche	2206	48,6	2297	50,2	3434	142,2
Zuſammen	54563	1305,9	73966	1541,4	125474	5129,0

Die Einfuhr von Nahrungsmitteln aus dem Ausland iſt heute aber nicht mehr Angelegenheit gewinnſüchtiger Spekulanten, ſondern wird ausſchließlich von den dafür beſtimmten Reichsſtellen, nach Maßgabe unſerer wirtſchaftlichen Bedürfniſſe geregelt. Damit die Reichsſtellen wiſſen, ob, bzw. in welcher Höhe ein Mangel beſteht, müſſen ſie einen Überblick über das Angebot an heimiſchen Waren haben. Aus dieſem Grund können heute Getreide und Futtermittel, Butter, Käſe, Öle und Fette, Eier, Fleiſch, Garten- und Weinbauerzeugniſſe, nur noch durch dieſe Reichsſtellen in den heimiſchen Verkehr gebracht werden. Dies geſchieht in der Weiſe, daß ſie zunächſt der Reichsſtelle angeboten werden müſſen; nach Ausſtellung des Übernahmeſcheines werden ſie dann in der Regel dem Verkehr freigegeben. Erfordert aber die Marktlage ein Fernhalten der Ware vom Markt, ſo werden die entſprechenden Maßnahmen für die Lagerung getroffen. Iſt dagegen eine Zuſchleuſung von Auslandswaren nötig, ſo kaufen die Reichsſtellen entweder ſelbſt ein, oder ſie überlaſſen den Importeuren Übernahmeſcheine für beſtimmte Mengen Auslandswaren. Je nach dem Einkaufspreis wird dann eine Ausgleichsabgabe erhoben, um den Preis dem der Inlandsware anzugleichen.

II. Die Marktordnung ſorgt für die Wahrung angemeſſener Preiſe

dadurch, daß die Preisſchwankungen, die ſich beim freien Spiel von Angebot und Nachfrage ergeben, ausgeſchaltet werden. An die Stelle ſolch ſchwankender Zufallspreiſe treten gerechte, vom Reichsnährſtand bzw. ſeinen Untergliederungen beſtimmte Preiſe, auskömmlich für den Erzeuger, tragbar für den Verbraucher. Da nun ſolche Preiſe nur gehalten werden können, wenn ſie der tatſächlichen Marktlage entſprechen, braucht man einen Apparat, der Angebot und Nachfrage überwacht und weitgehend beeinflußt und nach Möglichkeit die Erzeugung landwirtſchaftlicher Produkte dem Bedarf des Volkes anpaßt.

Das erſtrebte Ziel wird vor allem dadurch erreicht, daß Erzeuger, Verarbeiter und Händler in Marktverbänden zuſammengeſchloſſen ſind. Dadurch wird genaue Überwachung möglich, ungerechtfertigte Preisſteigerungen, Zurückhaltung lebensnotwendiger Waren für ſpekulative Zwecke ſind damit ausgeſchloſſen.

Um den Verbraucher mit einwandfreien Erzeugniſſen zu verſorgen, iſt man beſtrebt, die Waren nach Güteklaſſen zu ordnen und an Stelle verwirrender nichtsſagender Phantaſienamen eine beſtimmte Bezeichnung feſtzulegen, deren Anwendung an beſtimmte Qualitätsvorſchriften gebunden iſt. So ſorgt die Marktordnung für den Verbraucher.

Die Marktordnung ſchützt aber auch den Erzeuger, den Bauern.

Sie hat die Aufgabe übernommen, auch dieſem, den Bearbeitern und den Händlern den verdienten Lohn zu ſichern.

Wenn ſich der Bauer mit ſeiner vollen Arbeitskraft dem Volkswohl verpflichtet, dann muß ihm auch ein Erlös gewährt werden, der nicht nur die Geſtehungskoſten deckt, ſondern auch ſeine Arbeitsleiſtung entlohnt, wie das jeder Arbeiter und Angeſtellte als ſelbſtverſtändliches Recht beanſprucht. Jenen, welche glauben, die Agrarpolitik des nationalſozialiſtiſchen Staates ablehnen zu müſſen, weil unſere heutigen Eier-, Fleiſch- und Fettpreiſe höher ſind, als in früherer Zeit, ſei geſagt, daß die damaligen Preisverhältniſſe aber auch die Hauptſchuld trugen an dem wirtſchaftlichen Zuſammenbruch des deutſchen Bauerntums.

Wie ſich die Maßnahmen des Reichsnährſtandes auf dem Gebiet der Verſorgung mit Nahrungsmitteln nun in Einzelfällen auswirken, ſei an einigen Beiſpielen aufgezeigt.

Der Markt mit Eiern

wird von der Hauptvereinigung der deutſchen Eierwirtſchaft betreut, der die 14 Eierverwertungsverbände des Reiches unterſtellt ſind.

Während die Eierverwertungsverbände die in ihrem Gebiet anfallenden Eiermengen ermitteln, für die Eierverteilung Sorge tragen, Überſchüſſe oder Mängel der Hauptvereinigung melden, hat letztere die Aufgabe, einen Ausgleich zwiſchen den Überſchuß- und den Zuſchußgebieten vorzunehmen, ſowie den Erzeuger- und Verbraucherpreis feſtzulegen.

Die Hauptvereinigung trägt durch geeignete Vorratswirtſchaft zur Zeit der Eierſchwemme Vorſorge für eine etwa eintretende Verknappung während der Wintermonate. Dies geſchieht vor allem durch Einlagerung der Eier in Kühlhäuſern, welche auf Grund ihrer vorzüglichen Einrichtungen beſte Gewähr für die Haltbarkeit der Eier geben.

Die Reichsſtelle für Eier hat die Kontrolle über den geſamten Handel und vollzieht die Einſchleuſung von Auslandseiern nach Bedarf.

Alle im Inland erzeugten, und vom Ausland eingeführten Eier dürfen nur mit einem Übernahmeſchein der Reichsſtelle gehandelt werden.

Der Verbraucher kann ſeine Eier beziehen direkt vom Erzeuger, oder über den Handel. Alle Eier, welche gehandelt werden, ſind nach Gewicht ſortiert und gekennzeichnet; aus den Gewichtsunterſchieden ergeben ſich die Preisunterſchiede. Alle ſchlechten Eier werden vernichtet, alle nicht ganz friſchen, leicht angebrüteten, geknickten Eier werden ausſortiert. Alle Sommereier werden ſchwarz, alle Wintereier werden rot geſtempelt.

Durch dieſe Vorſchriften wird dem Verbraucher eine einwandfreie Ware geſichert. Eier, welche dagegen direkt vom Erzeuger zum Verbraucher wandern, unterſtehen keiner Kontrolle; damit iſt aber auch keine Sicherung für tadelloſe Belieferung gegeben.

Der Markt mit Fetten.

Um unſeren Bedarf zu decken, ſind wir heute noch auf Einfuhr aus dem Ausland angewieſen. Durch ſtetige Steigerung der inländiſchen Futtermittelerzeugung und damit durch fortſchreitende Hebung und Vermehrung des Schlachtviehbeſtandes, welcher den Hauptfaktor für die Fettverſorgung bildet ſowie durch vermehrten Anbau von Ölfrüchten rücken wir dem Ziel vollkommener Bedarfsdeckung aus eigener Scholle immer näher.

Daß die Erzeugungsſteigerung nur langſam fortſchreiten kann, iſt dadurch bedingt, daß der Bauer die Beſtellung ſeines Bodens, die Züchtung ſeines Viehſtandes nicht von heute auf morgen den notwendigen Erforderniſſen anpaſſen kann.

Zur Bedarfsdeckung führen wir gegenwärtig vor allem Ölfrüchte ein. Dieſe werden verarbeitet zu Speiſeölen und Palmin, außerdem bilden ſie einen Beſtandteil der Margarine. Die Art der zur Margarinebereitung zur Verwendung kommenden Fette wird von Fall zu Fall von der Reichsſtelle nach Maßgabe unſerer wirtſchaftlichen Verhältniſſe beſtimmt und angeordnet.

Die aus ausländiſchen Produkten gewonnenen Fette können naturgemäß zu niedrigeren Preiſen gehandelt werden als unſere einheimiſchen Molkerei- und Schlächtereifette, denn die Aufwendungen für den Anbau dieſer Früchte ſind infolge der Klima- und Bodenverhältniſſe ſowie der niedrigen Arbeitslöhne in den Erzeugungsländern unvergleichlich niedriger als die Geſtehungskoſten unſerer eigenen Produkte. Trotzdem muß im Intereſſe der Erhaltung unſeres Bauernſtandes, der Sicherung der Nahrungsfreiheit ſowie der Deviſenverwendung die Fetteinfuhr auf ein Mindeſtmaß beſchränkt werden. Es wäre daher wünſchenswert, wenn Volksgenoſſen mit höherem Einkommen auf dieſe billigeren Fette zugunſten der wirtſchaftlich ſchwächeren Bevölkerung verzichten würden.

Der geſamte Handel mit Fetten, alſo Inlandserzeugung und Einfuhr wird durch die Reichsſtelle für Milcherzeugniſſe, Öle und Fette betreut. Dieſer untergeordnet ſind die Milchwirtſchaftliche Hauptvereinigung mit den 15 Milchwirtſchaftsverbänden des Reiches und die Hauptvereinigung für Schlachtviehverwertung.

Die Aufgaben dieſer Stellen ſind: Regelung der Bedarfsdeckung innerhalb der einzelnen Gebiete, Ausgleich zwiſchen Überſchuß- und Zuſchußgebieten, geeignete Vorratswirtſchaft, d. h. zweckmäßige Einlagerung zu Überſchußzeiten, ſchließlich Überwachung des Handels um ungerechtfertigte Zurückhaltung und Preisſteigerung zu verhindern und dem Käufer Qualitätsware zu ſichern. Die Feſtlegung beſtimmter Warenbezeichnungen für Produkte, welche den Anforderungen beſonderer Güteklaſſen entſprechen, iſt ebenſo ein Verdienſt der verantwortlichen Stellen, wie die Stetigkeit der Fettpreiſe.

Der Markt mit Fleiſch.

Auch die Bedarfsdeckung mit Fleiſch ſteht im engſten Zuſammenhang mit unſerer Futtermittelerzeugung, die heute noch nicht unſerem Bedarf entſpricht. Im Intereſſe unſerer Volkswirtſchaft müſſen unſere Deviſen für lebenswichtigere Dinge Verwendung finden. So werden wir alſo immer wieder mit einer vorübergehenden Verknappung auf dem Fleiſchmarkt zu rechnen haben. Hier den nötigen Ausgleich zu ſchaffen, muß unſere Seefiſcherei herangezogen werden mit ihren hochwertigen Friſch- und Dauerprodukten.

Die geſamte Fleiſchverſorgung wird von der Hauptvereinigung der deutſchen Viehwirtſchaft und Fiſchwirtſchaft überwacht und geleitet.

Sie hat u. a. die Aufgabe, den Auftrieb zu den Märkten zu regeln, Zuſchuß- und Überſchußgebiete auszugleichen, die Preiſe entſprechend der Güte feſtzulegen und zu ſchützen ſowie für zweckmäßige Konſervierung zeitweiliger Überſchüſſe zu ſorgen.

Auf allen übrigen Gebieten der Nahrungsmittelverſorgung

ſind die Schwierigkeiten der Bedarfsdeckung weit geringer als bei der Verſorgung mit Fleiſch, Fett und Eiern. Unſer Bedarf an Getreide, Kartoffeln, Zucker kann heute voll und ganz aus der Erzeugung der eigenen Wirtſchaft gedeckt werden; an Gemüſen und Obſt dagegen bedürfen wir noch geringen Zuſchuſſes vom Ausland. Trotz den günſtigeren Verhältniſſen, die bei der Verſorgung mit dieſen Nahrungsmitteln vorliegen, wird auch hier der geſamte Handel von den Organen des Reichsnährſtandes, d. ſ. die betreffenden Hauptvereinigungen mit ihren untergeordneten Wirtſchaftsverbänden geleitet.

Das Hauptaugenmerk dieſer Stellen iſt auch hier die Regelung der Gewinnung, der Be- und Verarbeitung, der Verteilung der Erzeugniſſe, der Preisfeſtſetzung und der Regelung des Verſandes zugewandt.

Wenn nun trotz all dieſer zielbewußten, planmäßigen Arbeit die Verſorgung mit Nahrungsmitteln zeitweiſe Stockungen und Verknappungen aufweiſt, ſo liegen die Gründe darin, daß der Verbrauch während der letzten Jahre merklich geſtiegen iſt. 5 Millionen Volksgenoſſen wurden wieder in den Arbeitsprozeß eingegliedert. Ihr Einkommen iſt vielfach um ein Zwei- bis Dreifaches geſtiegen, ſie wenden ſich naturgemäß wieder jenen Nahrungsmitteln zu, die ſie während der Zeit der Not entbehren mußten. Es war der Landwirtſchaft nicht möglich, in dieſer kurzen Zeit die Erzeugung dem Verbrauch voll anzupaſſen.

Die notwendige Sparſamkeit in der Deviſenbewirtſchaftung geſtattet nicht, daß der volle Bedarf durch Einfuhr gedeckt wird. Um unſeren Arbeitern Arbeit und Verdienſt zu ſichern, müſſen wir induſtrielle Rohſtoffe einführen. Zur Durchführung der für die Sicherheit unſeres Landes nötigen Aufrüſtung bedürfen wir einer Menge von Stoffen, welche uns unſer heimiſcher Boden nicht ſchenkt. Ihre Beſchaffung iſt weit wichtiger als z. B. die Einfuhr von Fleiſch, das ſehr gut durch andere Nahrungsmittel erſetzt werden kann, ohne daß wir an unſerer Geſundheit Schaden leiden.

Inwiefern kann nun die Hausfrau, als die Käuferin und Verbraucherin der erzeugten Nahrungsgüter, an der Erreichung des Zieles „Nahrungsfreiheit“ beitragen?

Als Käuferin muß ſie lernen, volkswirtſchaftlich zu denken und zu handeln!

Wie heute jeder Handwerker Beſcheid weiß über die Marktverhältniſſe, welche das Rohmaterial betreffen, das in ſeiner Werkſtätte Verwendung findet, ſo wird gleiche Sachkenntnis über die Lage am Lebensmittelmarkt von der Hausfrau gefordert. Zeitungsberichte und Rundfunk, die maßgebenden Stellen der Frauenorganiſationen des nationalſozialiſtiſchen Staates leiſten wahrheitsgetreue, ſachliche Aufklärungsarbeit. Jede Hausfrau muß ſich die kurze Spanne Zeit nehmen, die nötig iſt, ſich über die jeweilige Marktlage und der ſich daraus ergebenden Forderungen zu unterrichten. Demgemäß wird ſie als pflichtgebundenes Glied der Volksgemeinſchaft ihre Bedarfsdeckung einrichten. Iſt Mangel am Fettmarkt, dann iſt am wenigſten Zeit zur Vorratsbeſchaffung gegeben! In erhöhtem Maße iſt dagegen Sparſamkeit geboten. Geſunde erwachſene Menſchen können in ſolchen Zeiten wohl auf das Butterbrot verzichten, mit Marmelade als Brotaufſtrich vorlieb nehmen und dadurch die Butter jenen überlaſſen, die ihrer dringend bedürfen. Die Herſtellung von „Schwimmendgebackenem", wie überhaupt all jener Gerichte, welche ſehr reichlich Fettzufuhr benötigen, unterläßt man ſelbſtverſtändlich zu ſolchen Zeiten.

Das gleiche gilt vom Einkauf von Eiern. Tritt Verknappung auf dem Fleiſchmarkt ein, dann werden eben in erhöhtem Maße Fiſche, Milchprodukte, (Topfen, Käſe) Mehlſpeiſen, Hülſenfrüchte auf den Tiſch gebracht; und wenn ſelbſt dreimal wöchentlich nur Gemüſe und Kartoffeln bereitet werden müſſen, kann unſer Nahrungsbedürfnis ſicher befriedigt werden, zumal wir immer über die nötige Milch verfügen, die im Bedarfsfall zur Ergänzung herangezogen werden kann.

Sollte dagegen der Markt ein reichliches, vielleicht überreichliches Angebot zeigen, z. B. an Eiern, Gemüſen oder Obſt, dann tut die Hausfrau gut, wenn ſie durch größere Einkäufe für Vorräte ſorgt. Sie dient dadurch nicht nur ſich ſelbſt, ſondern auch der Wirtſchaft.

Es wird noch Jahre dauern, bis in friedlicher Aufbauarbeit unſere Eigenerzeugung vollkommen dem Bedarf entſprechen wird. Bis dahin müſſen wir alle, im beſonderen die Hausfrau lernen, ſich den jeweils gegebenen Verhältniſſen raſch und gut anzupaſſen und nötigenfalls auch mit Rückſicht auf das Gemeinwohl von jahrelangen Gepflogenheiten abzurücken.

Neben die Forderung verſtändiger Rückſichtnahme beim Einkauf tritt als gleichwichtige Verpflichtung die unbedingte Sparſamkeit bei der Verwendung der Nahrungsmittel.

Jeder unnötige Mehrverbrauch an Nahrungsgütern, ſei er bedingt durch verluſtbringende, unachtſame Arbeit, durch unſachgemäße Vorratspflege, oder dadurch, daß mehr zubereitet und gegeſſen wird als nötig wäre, bedeutet ein ſchweres Unrecht der Volksgemeinſchaft gegenüber. Es darf nicht ſein, daß eine Hausfrau ſich mühen muß, das Zuviel vor dem Verderb zu ſchützen, während andere Volksgenoſſen Mangel leiden!

Wer alſo immer noch zu viel des Guten ſich leiſtet, der ſei an dieſer Stelle abermals zu beſcheidenerer Lebensweiſe ermahnt, nicht nur im Intereſſe ſeines Wohlergehens, ſondern auch aus volkswirtſchaftlicher Verpflichtung.

Aber vielleicht läßt ſich notgezwungen auch bei den beſcheidenen Eſſern noch manches einſparen, ohne daß der Ernährungszuſtand in einer für die Geſundheit nachteiligen Weiſe verändert wird.

Sollte z. B. die zur Verfügung ſtehende Menge an Eiern oder Fleiſch oder Wurſt nicht ausreichen, um den Hunger zu ſtillen, ſo ſei hier aus wirtſchaftlichen Gründen daran erinnert, daß Kartoffeln, Gemüſe oder Suppen als Füllmittel wertvolle Dienſte leiſten. Ein anderer Vorſchlag: Die Möglichkeit, im Rahmen der Zubereitung eine Koſt durch Ei, Rahm, Fett, Käſe und dergleichen anzureichern, mag der Hausfrau als wertvolles Hilfsmittel dienen, wenn aus Milch, Kartoffeln, Gemüſe eine Hauptmahlzeit bereitet werden ſoll. Sich dieſer Hilfsmittel aber zu bedienen, wenn an ſich ſchon ſehr wertvolle Nahrungsmittel verwendet werden, muß als ſchädlicher, unverantwortlicher Überfluß bezeichnet werden. So muß nicht jede Suppe mit Ei legiert werden, die Anreicherung einer Soße mit Rahm iſt nur bei ganz mageren Braten angezeigt, Kartoffeln brauchen nur dann in Fett geröſtet oder gebraten werden, wenn die übrigen Gerichte wenig Fett enthalten; wird fette Wurſt verzehrt, ſo kann man auf das Butterbrot verzichten. So könnte wohl noch da und dort ein Ei oder ein Löffel Fett geſpart werden, und dadurch wäre nicht nur oftmals unſerer Geſundheit, ſondern auch unſerer Wirtſchaft gedient.

Ein Gleiches gilt auch für die Verarbeitung der Nahrungsmittel in der Küche. Die Gefahr der Verſchwendung oder Verſchleuderung liegt beſonders nahe bei der Zubereitung von Gemüſe, Kartoffeln und bei der Fettverwendung. Einige Verſuchsergebniſſe ſprechen hierfür eine ernſte Sprache:

½ Kilo Kartoffel roh mit dem Kartoffelſchäler geſchält gibt	60 g Abfall
½ Kilo Kartoffel roh mit dem Meſſer geſchält gibt	75 g Abfall
½ Kilo Kartoffel gekocht geſchält gibt	20 g Abfall

(Für alle Verſuche wurden Kartoffel gleicher Größe verwendet.)

Dieſe Erfahrung läßt ſich auch auf alle Gemüſe übertragen, welche von ihrer äußeren Schicht befreit werden müſſen. Sie findet längſt ihre Beſtätigung bei der Zubereitung Roter Rüben und Sellerieknollen, die ſtets erſt nach dem Kochen geſchält werden und dabei nur ganz geringen Materialverluſt aufweiſen. Bei jenen Rübengemüſen, welche gedünſtet werden, erweiſt ſich das vielfach empfohlene Vordämpfen im Kartoffeldämpfer oder das kurze Einſtoßen in kochendes Waſſer meiſt als zu umſtändlich. Hier wird die Frage näher liegen, ob die Gemüſe mit dem Schäler geſchält oder geſchabt werden ſollen. Ein Verſuchsergebnis, ausgeführt an Gelben Rüben gleicher Größe, gibt Aufſchluß.

½ Kilo Rüben mit dem Schäler geſchält gibt	100 g Abfall
½ Kilo Rüben mit dem Meſſer geſchabt gibt	65 g Abfall

Am größten iſt die Gefahr der Verſchleuderung beim Putzen kleinblättriger Gemüſe (Feldſalat, Spinat uſw.). Hier hängt der Sparerfolg lediglich von der Geduld und dem Sparwillen der Köchin ab. Eine gründliche Durchſchau und Ausleſe des Abfalles vor ſeiner Vernichtung iſt auf alle Fälle dringend geboten.

Nicht minder wichtig iſt Sparſamkeit im Fettverbrauch, denn auch hier kann in Fülle verſchwendet und verſchleudert werden. Daß die Fettmenge, welche zur

Herſtellung der Gerichte nötig iſt, ſorgſam bemeſſen werden muß, iſt ſelbſtverſtändlich. Es iſt nicht im Rahmen dieſer Ausführungen gelegen, die Fettmengen anzugeben, welche zur Herſtellung der einzelnen Gerichte nötig ſind, aber eines muß zugeſtanden werden, daß durch die beiläufige Handgelenksarbeit in der Regel weit mehr verbraucht wird, als nötig wäre.

Unerfahrenen, vor allem ungeübten Köchinnen, ſei geraten, hier nach beſtimmten Löffelmaßen zu arbeiten. (1 Eßlöffel flüſſiges Fett wiegt 10 Gramm, 1 Eßlöffel mit feſtem Fett gefüllt, glatt abgeſtrichen, wiegt 20 Gramm.) Das Arbeiten mit ſolch feſtſtehenden Maßen zeitigt gegenüber dem ſchätzungsweiſen Ausfaſſen mit dem Kochlöffel oder der Backſchaufel anſehnliche Spargewinne. Um Fettvergeudung möglichſt zu verhindern, iſt darauf zu achten, daß ſolche Nahrungsmittel, welche gebraten oder gebacken werden, nur in heißes Fett gegeben werden dürfen. Denn nur dann, wenn ſofort allſeitiger Porenverſchluß und möglichſt raſche Kruſtenbildung eintritt, wird das Einſchlüpfen des Fettes in das betreffende Nahrungsmittel verhindert. Wird das nicht beachtet, ſo wird der Fettvorrat unnötig raſch aufgezehrt und dem Körper mehr Fett zugeführt, als wohlſchmeckend und bekömmlich iſt. Darüber hinaus können anſehnliche Fettmengen durch unachtſames Vertropfen oder Verbrennenlaſſen, durch Vergeudung von Fettreſten, welche in Geſchirren zurückbleiben, verſchleudert werden. Solche Unachtſamkeiten tagtäglich wiederholt, bedeuten im Lauf von Wochen und Monaten eine nicht geringe Material- und Geldverſchwendung.

Außerordentlich groß iſt die wirtſchaftliche Bedeutung einer zweckmäßigen Vorratsbeſchaffung und Vorratspflege.

Gewiß iſt dieſe Frage für den Stadthaushalt von untergeordneter Bedeutung. Für jenen Haushalt hingegen, der fernab des Verkehrs gelegen iſt, wird dieſe Angelegenheit entſcheidend für Ernährung und Wirtſchaft überhaupt.

Die Stadthausfrau hat ſtets Gelegenheit, ihren Bedarf an Nahrungsmitteln zur gewünſchten Zeit in zweckmäßigem Ausmaß zu decken. Sie wird Milch, Fleiſch, Friſchgemüſe, Obſt und Brot täglich einkaufen, ihren Bedarf an Mehl, Fett, Zucker, Salz, Kaffee, Tee uſw. wird ſie vielleicht monatlich einmal decken. Dabei ſpart ſie ſich die Mühe öfteren Einkaufens und nützt ſo manche Vergünſtigung aus, die der Bezug von Waren in größerer Menge bietet. Für die Wintermonate wird ſie ſich mit Eiern, Fett, Kartoffeln, Kraut, Rüben, Äpfeln und Birnen eindecken, um hier den beträchtlichen Preisſteigerungen zu entgehen, welchen dieſe Nahrungsmittel während der Winterszeit unterworfen ſind.

Bei dem Haushalt hingegen, der weder Selbſterzeuger iſt noch die Vorzüge eines geregelten Warenverkehrs ausnützen kann, beſchränkt ſich der tägliche Einkauf meiſt nur auf Milch und Brot. Das Friſchgemüſe liefert vielleicht im günſtigſten Fall ein beſcheidener Garten, im übrigen iſt dieſer Haushalt auf den wöchentlichen Markt oder auf gelegentliche Belieferung aus einer benachbarten Stadt angewieſen. Hier ſpielt alſo die Vorratsbeſchaffung und Verwaltung eine weit größere Rolle, ſie fordert weit mehr Umſicht und Berechnung als im Stadthaushalt.

Gleichgültig, ob es ſich um kleine oder große Vorratsmengen handelt, nur peinliche, ſorgfältige Pflege kann vor wirtſchaftlichen Verluſten ſchützen.

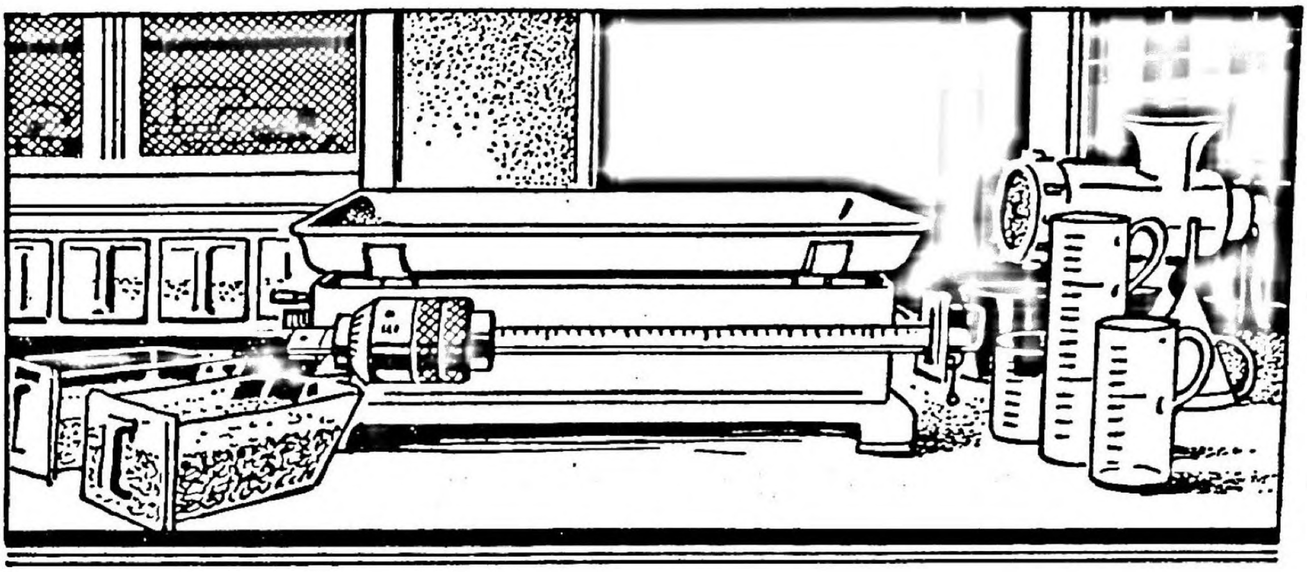
Nur bei einem geringen Teil der Nahrungsmittel gelingt es, ſie in ihrem urſprünglichen Zuſtand — alſo friſch — zu erhalten, z. B. bei Winterobſt, Wintergemüſe, Kartoffeln, Samenfrüchten. Der größere Teil muß durch Anwendung geeigneter Verfahren erſt haltbar gemacht werden. Beides, ſowohl Friſchlagerung als auch Haltbarmachung bedarf ein gerüttelt Maß von Sachkenntnis, Erfahrung und Sorgfalt. Die Grundlagen für die Lagerung und Konſervierung liegen in einer Fülle äußerer und innerer Umſtände, welche auf das Nahrungsmittel einwirken.

Bakterien, Zellfermente, Luft, Licht, der Einfluß verſchiedener Temperaturen können chemiſche Veränderungen in den Nahrungsmitteln auslöſen, welche deren Geruch und Geſchmack ſowie deren Beſchaffenheit derart verändern, daß ſie vielleicht an Wert außerordentlich gewinnen, oft aber vollſtändig unbrauchbar, ja geſundheitsſchädlich werden. Dieſe Vorgänge zu erkennen, ſie wirkſam zu unterſtützen oder zu hemmen, ſie mitunter unmöglich zu machen, iſt Aufgabe einer ſachgemäßen Friſchlagerung und Konſervierung. Daß dieſe Aufgabe wirtſchaftlich geſtaltet wird, iſt ſo wichtig und fordert eine ſolche Fülle von Einzelkenntniſſen, daß ihre Behandlung in einem beſonderen Teil ausreichende Würdigung erfahren muß. (Siehe Abhandlung „Vorratsbereitung im Haushalt".)

Die geſamte wirtſchaftliche Tätigkeit der Frau im Haushalt muß erfüllt und durchdrungen ſein von volkswirtſchaftlicher Verpflichtung, denn jeder Haushalt iſt unlösbar mit der Wirtſchaft des ganzen Volkes verbunden. Nur wenn ſich alle Hausfrauen verpflichtend zur Gemeinſchaftsarbeit des wirtſchaftlichen Aufbaues bekennen, kann das für unſer Fortbeſtehen ſo wichtige Ziel, die Ernährungsfreiheit geſichert werden.

Quellenangabe:

1. Lehrbuch der Lebensmittelchemie v. Tillmann.
2. Nahrung und Ernährung des Menſchen von König.
3. Ernährungsdienſt des deutſchen Frauenwerkes Abt. Hauswirtſchaft-Volkswirtſchaft.



Küchentechnik

Behandlung der Nahrungsmittel und Handvorräte des täglichen Bedarſes

Neben dem ſparſamen und möglichſt vorteilhaften Einkauf der Lebensmittel iſt es Pflicht der Hausfrau, für deren pflegliche Behandlung und zweckentſprechende Lagerung und Konſervierung zu ſorgen. Wenn wir es auch heute nicht mehr, wie unſere Voreltern, nötig haben, uns für einen ganzen langen Winter zu verproviantieren, ſo wird doch jede Hausfrau ſtets gerne einen kleinen Vorrat an Lebensmitteln im Hauſe haben und auch beſorgt ſein, die anfallenden Reſte gut zu verwahren und zweckmäßig zu verwenden.

Alle Lebensmittel, die ſtark waſſerhaltig ſind, wie Friſchfleiſch, Obſt, Gemüſe uſw., ſind weitaus leichter dem Verderben ausgeſetzt wie ſolche, die wenig oder faſt kein Waſſer enthalten, wie die Getreidearten, Hülſenfrüchte, Samenfrüchte und andere, die uns bei der Aufbewahrung nicht ſehr viel Mühe machen. Wir müſſen alſo den erſteren die größte Aufmerkſamkeit zuwenden, um ſie vor dem Verderben und uns vor Schädigungen zu bewahren.

Das Friſchfleiſch iſt das am leichteſten verderbliche Nahrungsmittel. Die Zerſetzung des Fleiſches beginnt eigentlich ſchon in dem Augenblicke, in dem das Leben des Tieres aufhört und ſchreitet je nach den Umſtänden raſcher oder langſamer, manchmal unheimlich raſch vorwärts. Da es küchentechniſch aber nicht richtig iſt, ganz friſch geſchlachtetes Fleiſch zu verwenden, ſo erfordert das ſogenannte „Abhängen“ des Fleiſches ganz beſondere Vorſicht. In der Großſtadt erhalten wir das Fleiſch ſchon abgehängt aus den vorbildlich eingerichteten Kühlhallen der Schlachthäuſer. Iſt man aber genötigt, an kleineren Orten, die dieſe modernen Einrichtungen nicht beſitzen, Fleiſch längere Zeit vor dem Gebrauch einzukaufen, ſo iſt es vor allen Dingen ſofort an einen möglichſt kühlen Ort zu bringen und vor Inſekten zu ſchützen, von denen mit das Unangenehmſte die große blaue Fleiſchfliege iſt, die ihre Eier mit Vorliebe auf Friſchfleiſch ablegt. Ein guter Keller iſt hier ſehr nützlich, nur muß natürlich auch dafür geſorgt werden, daß er regelmäßig gelüftet wird und an heißen Tagen feſt geſchloſſen gehalten wird. In vielen Haushalten ſteht auch ein Eiskaſten zur Verfügung, der, wenn richtig beſchickt und gepflegt, noch weit kühlere Temperatur als der Keller hat. Die modernen Kühlſchränke, meiſt mit Elektrizität betrieben, entſprechen in Leiſtung und in Ausführung den größten Anforderungen. Obwohl in der Neuzeit ſchon ganz kleine Kühlſchränke für den Familienhaushalt in den Handel gebracht werden, dürfte es leider den wenigſten Haushalten möglich ſein, ſich ein ſolch praktiſches Stück anzuſchaffen, da die Schränke immer noch ziemlich hoch im Preiſe ſtehen.

Doch gibt es auch andere Hilfsmittel, die in den einfachſten Verhältniſſen anzuwenden ſind. Das Einſchlagen des Fleiſchſtückes in ein mit einer leichten Permanganlöſung angefeuchtetes Tuch (Permangan iſt unter der Bezeichnung „hypermanganſaures Kali“ in jeder Drogerie zu haben) verzögert das Verderben des Fleiſches. Einlegen des Fleiſches in Eſſig oder Milch (ſaure oder abgerahmte) hat ebenfalls eine ſehr gute konſervierende Wirkung, nur ſchmeckt ein Gericht, das aus Fleiſch zubereitet wurde, das in Eſſigbeize lag, eben ganz anders als von Friſchfleiſch, während die Milchbeize das Fleiſch geſchmacklich kaum verändert.

Vielfach iſt es auch gebräuchlich, ein Fleiſchſtück, das nicht ſofort verwendet werden kann, raſch auf allen Seiten in heißem Fett anzubraten und dann bis zur Verwendung kühl zu ſtellen. Durch die Hitze des Fettes gerinnen die Eiweißſtoffe an der Oberfläche des Fleiſches und bieten einen gewiſſen Schutz gegen das Verderben.

Eine Methode, das Fleiſch vor Verderben zu bewahren, wird beſonders in bäuerlichen Haushalten oft angewendet, wenn beim Einſchlachten größere Mengen Friſchfleiſch anfallen, die nicht ſofort Verwendung finden können. Das Fleiſch wird raſch angebraten oder blanchiert, d. h. mit kochendem Waſſer überbrüht und ſofort wieder aus dem Waſſer genommen. Dann wird es möglichſt eng in Steinguttöpfe geſchichtet und mit zerlaſſenem Schweinefett eingegoſſen, wobei der Topf öfters geſchüttet wird, damit das Fett ſich gut in alle Zwiſchenräume verteilt. Das Fleiſch iſt in der Fetthülle luftdicht abgeſchloſſen und hält ſich wochen- ja monatelang vollſtändig friſch. Das zum Einlegen verwendete Schweinefett kann ebenfalls wieder zu Kochzwecken Verwendung finden. In Pommern iſt dieſe Art der Konſervierung beim Einſchlachten der großen Fettgänſe allgemein üblich. Die Bruſtſtücke kommen zum Pökeln und Räuchern, die Schlegel werden auf die eben beſchriebene Weiſe eingelegt, das übrige wird friſch gebraten oder, was unſerem ſüddeutſchen Geſchmack nicht ganz entſpricht, gekocht.

Je raſcher nach dem Schlachten das Fleiſch in ſolch ſchützende Obhut genommen wird, deſto leichter wird uns die Konſervierung gelingen, doch erhalten wir beſonders in der heißen Jahreszeit ſchon manchmal vom Metzger Fleiſch, das uns durch Ausſehen und Geruch zeigt, daß es nicht mehr ganz einwandfrei iſt. Häufig ſind die Urheber des unangenehmen Geruches nur oberflächlich anhaftende Blut- oder Hautteilchen, die ſich durch kräftiges Waſchen des Fleiſches in einer leichten Permanganlöſung ſofort entfernen laſſen. Das Fleiſch wird dann noch tüchtig in friſchem Waſſer nachgewaſchen und man wird von dem ſogenannten „Bankgeruch“ nichts mehr verſpüren. Man glaube aber ja nicht, daß man ſchon bereits verdorbenes Fleiſch mit dieſem unſchädlichen Hausmittel wieder verwendbar machen kann, dies iſt natürlich ausgeſchloſſen.

Gekochtes oder gebratenes Fleiſch iſt dem Verderben nicht mehr ſo raſch unterworfen wie rohes Fleiſch. Anhaftende Bakterien wurden durch den Kochprozeß getötet, die Faſer des Fleiſches hat ſich durch das Gerinnen des Eiweißes verändert und, beſonders beim Braten, wurde dem Fleiſch ein Teil ſeines Waſſergehaltes entzogen. Es iſt dies aber kein Grund, beim Verwahren von ſolchen Reſten unachtſam oder gar leichtſinnig zu verfahren. Man bringe Fleiſchreſte auch möglichſt raſch an einen kühlen Platz und ſchütze ſie gegen Inſekten. Zu bemerken iſt hierbei, daß Speiſereſte niemals warm in einen Eiskaſten oder Kühlſchrank gebracht werden dürfen, ſondern erſt nach völligem Erkalten. Die von den Speiſen ausſtrahlende Wärme macht Eiskaſten und Kühlſchrank dumpf und durch die ſich niederſchlagende Feuchtigkeit würden die Speiſen unanſehnlich und unappetitlich werden.

Äußerſte Vorſicht iſt bei der Verwendung von Fleiſchreſten geboten, die längere Zeit aufbewahrt wurden. Zwar verrät uns meiſt Geruch und Ausſehen des Fleiſches, daß es nicht mehr verwendbar iſt, doch gibt es ein Stadium der Zerſetzung, das ſich äußerlich faſt noch nicht bemerkbar macht und doch ſchwere, oft ſogar zum Schlimmſten führende Erkrankungen hervorrufen kann. Das Ratſamſte iſt, Fleiſchreſte beſonders in der heißen Jahreszeit möglichſt raſch zu verwenden.

Um Fleiſch für längere Zeit zu konſervieren, muß beſonders ſorgfältig verfahren werden. Das älteſte und gebräuchlichſte Verfahren iſt das Pökeln und Räuchern des Fleiſches. Obwohl bei uns zwar meiſt nur Schweinefleiſch dieſer Behandlung unterzogen wird, läßt ſich jede Art Fleiſch pökeln und räuchern. Gehören doch gerade Kalbsſchinken und gepökeltes Ochſenfleiſch mit zu den größten Delikateſſen, die an Feinheit höchſtens noch von gepökeltem und geräuchertem Wild übertroffen werden. Um gutes Pökel- und Rauchfleiſch zu erhalten, müſſen der richtige Salzgehalt der Lake, die richtige Pökelzeit und die richtige Dauer des Räucherns getroffen werden. Es gehört zu allem dieſem außer den nötigen Vorrichtungen auch eine große Übung. In Stadthaushalten wird man ſich ja ohnedies damit weniger befaſſen.

Je ſtärker ein Fleiſchſtück eingeräuchert iſt, deſto haltbarer iſt es, für den Wohlgeſchmack und die Zartheit des Fleiſches iſt allzu ſcharfes Räuchern nicht vorteilhaft. Das Fleiſch wird zu trocken und zerfällt beim Kochen leicht in Faſern.

Wird Rauchfleiſch gekocht, ſo iſt es wieder viel weniger gut haltbar, da es durch den erhöhten Waſſergehalt dem Verderben mehr ausgeſetzt iſt, wenn auch nicht in dem Maße wie Friſchfleiſch.

Sehr empfindlich beim Aufbewahren iſt auch Friſchwurſt, beſſer hält ſich leicht angeräucherte Ware. Sogenannte Dauerwürſte ſind von ziemlich langer Haltbarkeit. Man ſteckt ſie, wie auch Rauchfleiſch, Speckſeiten und dergleichen, zum Aufbewahren in Mullbeutel und hängt dieſe in luftigem, kühlem Raume auf.

Das Trocknen des Fleiſches iſt hauptſächlich in früheren Zeiten in den Küſtenländern Brauch geweſen, wo eine gleichmäßige friſche, ſalzhaltige Seebriſe für genügend raſche Verdunſtung des Feuchtigkeitsgehaltes ſorgt. Heutzutage kommt es kaum mehr in Frage.

Durch die Erfindung des Keimfreimachens in luftdicht verſchloſſenen Gefäßen hat ſich eine neue Möglichkeit geboten, alle Lebensmittel auf längere Zeit, ja man kann faſt ſagen auf unbeſchränkte Zeit, friſch zu erhalten, alſo auch das Fleiſch. Die Erfindung der Steriliſierapparate hat dieſe Möglichkeit auch für den Haushalt geſchaffen. Steriliſieren iſt die einfachſte und ſicherſte Methode des

Konſervierens, die die wenigſten Mißerfolge gibt, wenn ſorgfältig und peinlich ſauber dabei gearbeitet wird. Auf die Arbeit des Steriliſierens ſelbſt wird in einem anderen Kapitel dieſes Buches gründlich eingegangen. Wir möchten hier nur noch betonen, daß die Fleiſchkonſerven, die heutzutage in vollendeter Qualität in den Handel kommen, an Nährwert und Bekömmlichkeit dem Friſchfleiſch in keiner Weiſe nachſtehen und unbedenklich genoſſen werden können.

Die Fabrikkonſerven, die entſprechend unſeren ſtrengen Nahrungsmittelgeſetzen unter ſchärfſter Kontrolle hergeſtellt werden, ſind uns im Laufe der Jahre im Haushalt faſt unentbehrlich geworden. Weniger wohl für den Großſtadthaushalt, der ſich jederzeit friſche Ware verſchaffen kann, als für den Landaufenthalt, für das Wochenendhaus und als Tourenproviant. Schinken, Zunge, Corned-beef, Würſtchen, Gulaſch, alles ſteht zur Auswahl da und iſt in kürzeſter Zeit tiſchfertig.

Zu beachten iſt hierbei, daß geöffnete Fleiſchkonſerven ſofort verbraucht werden müſſen, da der Doſeninhalt nach dem Öffnen ſehr raſch verdirbt.

Faſt noch empfindlicher als das Fleiſch der Schlachttiere iſt das der Fiſche, was ſich ja durch den großen Waſſer- und Stickſtoffgehalt leicht erklären läßt. Flußfiſche werden bei uns meiſt lebend verkauft und erſt beim Einkauf geſchlachtet, doch kommen auch geſchlachtete Fiſche in Eispackung in den Handel. Fiſche ſind möglichſt raſch zu verwenden und beſonders in der warmen Jahreszeit bis zur Verwendung auf Eis zu legen. Die Seefiſche, deren Verbrauch ſich bei uns mehr und mehr ſteigert, werden unmittelbar nach dem Fang auf hoher See geſchlachtet und dann in Eispackung verfrachtet. In neueſter Zeit wurden Fiſchdampfer mit Kühleinrichtungen ausgeſtattet, wodurch es möglich wird, die Nachteile der Eispackung zu vermeiden, insbeſondere die hohen Frachtkoſten der Eisladung, die ſchon zur Ausreiſe mitgenommen werden muß, zu vermindern.

Fiſchkonſerven werden faſt ausnahmslos nur fabrikmäßig hergeſtellt. Die primitivſte Art, Fiſche zu konſervieren, iſt das Einſalzen, wie es hauptſächlich mit dem in Maſſen anfallenden Hering vorgenommen wird. An den Küſten der nordiſchen Länder findet man auch noch viel Fiſchtrocknereien, da dort, wie ſchon erwähnt, der ſtete gleichmäßige Seewind ein gutes und raſches Austrocknen bewirkt. Zum Trocknen wird zumeiſt der Dorſch verwendet, der eine beträchtliche Größe erreicht. Er kommt bei uns unter dem Namen Stockfiſch in den Handel, wir ſehen ihn allerdings nie in trockenem Zuſtande, ſondern ſchon wieder eingequellt und vollſtändig aufgeweicht. Derſelbe Fiſch, geſalzen und getrocknet, heißt Klippfiſch, nur geſalzen heißt er Laberdan.

Wenn wir auch in unſeren Haushalten nach alten Rezepten aus Mutters oder Großmutters Kochbuch marinierte Heringe herſtellen, ſo kann man doch ſagen, daß die Herſtellung derartiger Dinge im Haushalt durch die fabrikmäßige Herſtellung längſt überholt iſt. Ebenſowenig kann man Fiſchräucherware im Haushalt herſtellen, doch ſind Sprotten, Bücklinge und Räucheraale bei uns ſehr beliebt und geben eine willkommene Abwechſlung bei unſerem Abendbrot.

Ein ſehr wichtiger Beſtandteil unſerer Ernährung ſind die Gemüſe. Wer einen Garten ſein eigen nennt, wird ſtrenge darauf ſehen, daß die Gemüſe friſch aus dem Boden in die Küche wandern, ſind ſie doch dann von viel größerem Wohlgeſchmack, als die ſtunden- und tagelang abgelegenen Gemüſe, die wir Großſtädter uns auf dem Markte erſtehen. Ein Aufbewahren der Friſchgemüſe für längere Zeit kommt im Sommer ſehr wenig in Frage. Alle Wintergemüſe, wie die Rüben- und Kohlarten, halten ſich ſehr lange, wenn ſie nur einigermaßen gut behandelt werden. Alle Wurzeln halten ſich am beſten, wenn man ſie etwa zur Hälfte in ganz wenig angefeuchteten Sand einſchlägt, doch achte man ſehr darauf, daß der Sand nicht zu feucht iſt, da ſie ſonſt anfangen zu treiben und dadurch holzig werden. Die Weiß- und Blaukrautköpfe hängt man am beſten im Keller an einer Latte auf, die man ſich in einer Ecke hat anbringen laſſen. Man bindet um den Strunk einen Bindfaden und hängt den Strunk ſo auf. Es läßt ſich aber freilich auch nicht vermeiden, daß die äußeren großen Blätter nach und nach gelb werden und abfallen. Blumenkohlköpfe ſteckt man ebenfalls mit dem Strunk in feuchten Sand, ſie wachſen hier meiſt zu anſehnlicher Größe weiter. Da ſie wachſen ſollen, darf der Sand etwas feuchter ſein als zu Wurzelgewächſen, die man ebenfalls darin einſchlägt.

In den großen Gärtnereien werden die Gemüſe über den Winter in ſogenannte Mieten eingebaut, das ſind große flache Gruben, in die man die Gemüſe ſchichtenweiſe einlegt und bergförmig aufbaut und dann ſo dick mit Erde zudeckt, daß alle Froſtgefahr ausgeſchloſſen iſt. Dieſe Mieten werden meiſt erſt im Frühjahr, wenn der Boden wieder auftaut, geöffnet. Unſere Sandkiſte im Keller für Peterſilie, Sellerie und Gelbe Rüben iſt eine Miete im Kleinen.

Faſt noch weniger wie die Fleiſchkonſerven können wir uns heutzutage die Gemüſekonſerven aus unſerer Küche wegdenken. Sie helfen uns in der gemüſearmen Zeit unſeren Küchenzettel reichlicher und bekömmlicher geſtalten und füllen eine Lücke aus, die in früheren Zeiten ſchmerzlich empfunden wurde. Trotz der ſtrengen Überwachung der Herſtellung aller Konſerven kann es durch längere oder ungünſtige Lagerung ab und zu einmal vorkommen, daß ſich eine ſogenannte „Bombe" bildet, d. h. der Inhalt der Büchſe in Gärung übergegangen iſt, wodurch ſich die Büchſendeckel nach außen wölben. Solche Büchſen ſind leicht kenntlich, ſie dürfen unter keinen Umſtänden verwendet werden und ſind ſofort zu vernichten. Jedes ſolide Geſchäft wird derartige Büchſen ſofort erſetzen. Wenn nachgewieſen werden kann, daß die Büchſe ſchon in nicht ganz einwandfreiem Zuſtand verkauft wurde. Sehr häufig kommt es ja auch vor, daß die Büchſen in den Haushalten falſch gelagert werden, z. B. im Keller, daß ſie roſten, dadurch undicht werden und verderben. Für ſolche Büchſen kann natürlich kein Erſatz verlangt werden.

Wenn uns wirklich friſches Gemüſe zur Verfügung ſteht, ſo können wir im Weckapparat die tadelloſeſten Gemüſekonſerven ſelbſt herſtellen. Altes, verlegenes Gemüſe zu konſervieren, raten wir entſchieden ab. Die den Apparaten beigegebenen Kochbücher beſchreiben die Herſtellung der Konſerven ſo deutlich, daß ein Mißlingen ausgeſchloſſen iſt. Wir verweiſen aber noch einmal auf das Kapitel: Vorratsbeſchaffung für den Haushalt an anderer Stelle dieſes Buches.

Das Einſäuern iſt ebenfalls eine alte Methode zum Haltbarmachen, insbeſondern das der Kohlarten. Sauerkraut gilt im Ausland als deutſches Nationalgericht, merkwürdigerweiſe galt es lange als unverdaulich und ſchwer bekömmlich, während die modernen Ernährungsforſchungen gerade das Gegenteil behaupten. Rohes Sauerkraut iſt eines der Hauptgerichte in der Rohkoſternährung; infolge ſeiner Milchſäuregärung iſt es für unſeren Darm faſt unentbehrlich. In vielen Gegenden ſäuert man auch Blaukraut und Wirſing ein. Rübenkraut, d. h. eingeſäuerte Weiße Rüben, ſind auch bei uns bekannt und, mit Unrecht, meiſt nicht ſehr beliebt. Vielfach werden auch Bohnen eingeſalzen, doch verlieren ſie leider ſehr an Wohlgeſchmack. Eingeſäuerte Gemüſe kann man ſehr leicht im Haushalt herſtellen. Sie ſind, wenn ſie einmal gut durchgeſäuert ſind, kühl, alſo in einem guten Keller aufzubewahren, damit die Gärung möglichſt aufgehalten wird. Es wird vielfach darüber geklagt, daß man von den eingeſäuerten Gemüſen beim Entnehmen einer Mahlzeit aus dem Topf oder Faß ſtets von der Oberfläche eine ganze Menge des Gemüſes entfernen muß, bis man davon brauchen kann. Dies iſt ſehr leicht zu vermeiden. Man ſorge dafür, daß die Flüſſigkeit ſtets gut zwei Finger breit über dem Gemüſe ſteht, das bekanntlich mit einem Tuch überdeckt und einem Stein beſchwert werden muß. Bildet ſich nun auf der überſtehenden Flüſſigkeit der ſogenannte Kahm oder Kahn, ſo kann er mit dem Tuch leicht abgenommen werden, und die oberſte Schicht des Gemüſes iſt ſo gut wie die darunter liegenden. Steht jedoch keine Flüſſigkeit über, ſo ſetzen ſich die Kahnpilze im Kraut oder den Rüben ſelbſt feſt und müſſen mit der oberen Schicht entfernt werden.

Auch Salzgurken kann man gut im Haushalt herſtellen, aber nur, wenn man größere Mengen davon braucht bzw. ſie raſch wegbrauchen kann. Sie überſäuern ſehr leicht und werden dann weich und ſchmecken nicht mehr gut. Wer keinen großen Verbrauch an Salzgurken hat, tut beſſer, ſie einzeln zu kaufen.

Jeder Haushalt beſchafft ſich einen Wintervorrat an Kartoffeln, mit dem aber gewöhnlich nicht ſehr achtſam verfahren wird. Jeder Winkel des Kellers erſcheint uns gut genug dafür, aber gerade die Kartoffeln erzeigen ſich für einigermaßen gute Behandlung ſehr dankbar und bleiben bis weit ins Frühjahr hinein weiß, mehlig und ſchmackhaft. Vor allem muß der Kartoffelkeller luftig und kühl, aber froſtfrei ſein; denn die Kartoffeln ſind ſehr froſtempfindlich und vertragen keine Temperaturen unter Null. Der Keller muß auch dunkel gehalten werden, die Fenſter ſind alſo entweder mit Läden abzuſchließen oder durch Strohmatten oder Rupfen zu verdunkeln. Man vermeidet dadurch zu frühes Auskeimen, ganz läßt ſich ja das Keimen niemals vermeiden. So empfindlich die Kartoffeln gegen Kälte ſind, ſo wenig halten ſie ſich auch in zu warmen Räumen. Kellerräume, die irgendwie mit Zentralheizung in Verbindung ſtehen, eignen ſich nicht zu Lagerräumen für Kartoffeln. Man ſchüttet am beſten die Kartoffeln auf einen Lattenroſt, unter dem man einige Zentimeter hoch Torfmull eingeſtreut hat, um die Kartoffeln vor Fäulnis zu bewahren, da Torfmull alle Feuchtigkeit ſehr gut aufſaugt und zugleich desinfizierend wirkt. Man ſoll auch Kartoffeln nicht höher als einen Meter hoch aufſchütten. Werden größere Vorräte eingekellert, ſo muß der Lagerplatz entſprechend groß gewählt werden. Einigemale im Winter, beſonders zu Beginn der Lagerzeit, ſind die Kartoffeln durchzuleſen, alle angefaulten ſind zu entfernen, da ſie nur die guten anſtecken würden. An froſtfreien Wintertagen kann der Kartoffelkeller in den Mittagsſtunden gut einige Zeit gelüftet werden, doch muß man das Fenſter immer wieder froſtſicher verſchließen. Gut gepflegte Kartoffeln halten ſich bis Ende Mai, Mitte Juni und wenn ſich ihr Stärkemehlgehalt auch naturgemäß allmählich vermindert, ſo ſind ſie doch ſehr gut zum Verarbeiten zu Nudeln, Röſtkartoffeln, Brei uſw. zu gebrauchen und es iſt volkswirtſchaftlich richtiger, unſere einheimiſchen Kartoffeln bis zum letzten Reſt aufzubrauchen, als die teuren Auslandskartoffeln zu kaufen und dieſe nicht ausgereifte, meiſt ſeifige Ware, noch als Delikateſſe anzupreiſen. Sind Kartoffeln leicht angefroren und ſchmecken ſchon etwas ſüßlich, ſo breite man ſie in einem froſtfreien, aber nicht warmen Raume aus und laſſe ſie einige Tage liegen; der ſüßliche Geſchmack wird ſich wieder verlieren. Auch empfiehlt es ſich, angefrorene Kartoffeln tags zuvor zu ſchälen und im Waſſer liegen zu laſſen, wodurch ſich der ſüßliche Geſchmack meiſt verliert. Sind ſie aber ſchon ſo weit erfroren, daß ſie im froſtfreien Raum weich werden, ſo ſind ſie nicht mehr zu retten. Wie nicht leicht bei irgendetwas anderem bieten ſich beim Obſt die verſchiedenſten Arten der Haltbarmachung und Aufbewahrung. Vom Frühſommer bis in den Spätherbſt hat die fleißige Hausfrau zu ſchaffen, wenn ſie von allem nur etwas für den Winter herſtellen will. Auch hier iſt wieder das Steriliſieren das ſchönſte und einfachſte Verfahren, das neben allerlei anderen Vorzügen noch den hat, daß den Früchten der Eigengeſchmack nahezu unverändert erhalten bleibt, während er ſich beim Einkochen mit Zucker je nach Art der Frucht mehr oder weniger verändert. Richtig ſteriliſiertes Obſt hält ſich unbegrenzt, Jahre, ja Jahrzehnte lang, ſo daß wir in obſtreichen Sommern von der Überfülle für obſtarme Jahre herübernehmen können. Jede Obſtart eignet ſich zum Steriliſieren, vom Beerenobſt angefangen bis zu den letzten Herbſtfrüchten. Außer in die bekannten Steriliſiergläſer legt man in neuerer Zeit auch viel Obſt in Blechbüchſen ein, die mit einem dazugehörigen Apparat verſchloſſen und dann ſteriliſiert werden. (Siehe Vorratsbereitung.)

Die Herſtellung von Marmeladen, Obſtgelee und Muſen, von Obſtſäften und Paſten iſt von alters her in den Haushalten bekannt und wird heute noch geübt. Der richtige Aufbewahrungsort für alle eingemachten Sachen iſt nicht der Keller, ſondern eine gute Speiſekammer. Ganz beſonders ſollten ſteriliſierte Gläſer nie im Keller aufbewahrt werden, ebenſowenig Fabrikkonſerven in Blechdoſen. Die Doſen roſten in der feuchten Kellerluft raſch, werden undicht und der Inhalt verdirbt leicht.

So köſtlich zubereitetes Eingemachtes iſt, ſo kann es ſich doch niemals mit dem Friſchobſt vergleichen, das in unſerer Ernährung eine viel größere Rolle ſpielen ſollte, als es in der Tat ſpielt. Es wird ſich in Hinſicht auf die Geſundheit der Familie ſtets lohnen, einen größeren Vorrat an Friſchobſt einzulegen, vor allem von Äpfeln und haltbaren Birnenſorten. Das Lagern von Südfrüchten, wie Orangen, Bananen uſw. überlaſſe man lieber dem Obſthändler. Bei der Auswahl des Winterobſtes ſtelle man ſich eine Reihe von Sorten zuſammen, die nacheinander die Tafelreife erlangen. Man hat dann ſtets genießbares Obſt zur Verfügung. Es empfiehlt ſich auch, nur beſte ausgeleſene Ware zu kaufen. Mindere Ware gibt, beſonders am Anfang der Lagerzeit, viel ſchlechte Stücke, die dann raſch verbraucht werden müſſen. (Über Aufbewahrung ſiehe Vorratsbeſchaffung.)

Weintrauben kann man wochenlang friſch erhalten, wenn man die Enden der Stiele mit Paraffin oder Wachs verſchließt und die Trauben in einem kühlen Raum auf einer Schnur aufhängt. Angefaulte Beeren ſind natürlich ſorgfältig zu entfernen. Erſt nach Wochen fangen die Trauben an, etwas zu ſchrumpfen, ſind dann aber ganz beſonders gut, da ſich durch den Waſſerverluſt in den Beeren der Zucker ſtark konzentriert hat.

Dringend anzuraten iſt, für den Winterbedarf genügend Eier einzulegen. Die Eierpreiſe ſteigen im Herbſt bis zu Beginn der Legeperiode ſtark, im Frühjahr dagegen ſind Eier meiſt billig zu haben. Das Einlegen in eine Kalklöſung war wohl die erſte Konſervierungsart, die ausgeübt wurde; dieſes Verfahren hat aber den Nachteil, daß ſchon nach kurzer Zeit Eigelb und Dotter ſchwer zu trennen ſind und ſich das Eiweiß nicht mehr zu Schnee ſchlagen läßt. Dies ſind zwei Übel, die beim Einlegen in Waſſerglas oder Garantol vermieden werden. Garantol iſt nach Anweiſung, die auf den Packungen gedruckt ſteht, zu verwenden.

Waſſerglas wird in einer zehnprozentigen Löſung benützt, d. h. auf den Hausgebrauch übertragen, man miſcht 1 Liter Waſſerglas mit 9 Liter Waſſer. Zu beachten iſt, daß eingelegte Eier ſtets vollſtändig von der Einlegeflüſſigkeit bedeckt ſein müſſen. Iſt von der Flüſſigkeit verdunſtet, ſo muß Waſſer nachgegoſſen werden. Waſſerglas wird im Laufe einiger Wochen ſulzig, zuletzt ſogar feſt und bröckelig. Das übrige Waſſerglas kann zu Reinigungszwecken, etwa für Kellerflieſen, Speicherböden uſw. gut verwendet werden. Ein zweites Mal kann es nicht zum Einlegen von Eiern Verwendung finden. Für kürzere Zeit kann man Eier friſch erhalten, wenn man ſie über und über mit Fett beſtreicht, ſo daß alle Poren der Schale geſchloſſen ſind, oder ſie 10 bis 15 Minuten in eine leichte Permanganlöſung legt. Auch in Häckſel werden Eier oft aufgehoben; doch nehmen ſie dabei leicht einen dumpfen Geſchmack an, der ſich durch nichts vertreiben läßt. Ein einziges ſolches Ei kann einen ganzen Kuchen ungenießbar machen. Die vielfach, beſonders unter den Landleuten verbreitete Meinung, daß die im ſogenannten „Frauendreißiger", alſo im Auguſt etwa gelegten Eier, ſich monatelang ohne jedes Konſervierungsmittel friſch erhalten, iſt in das Reich der Fabel zu verweiſen. Jedes Ei, das nicht luftdicht abgeſchloſſen wird, muß verderben, da die Schale porös iſt und den Fäulniskeimen Eingang gewährt. Die eingelegten Eier werden ebenfalls in einem luftigen kühlen Raum aufbewahrt, in einem guten Keller oder einer zweckmäßigen Speiſekammer.

Am leichteſten ſind die Vorräte an Getreidewaren und ähnlichen Waren aufzubewahren. Die Hauptſache iſt, daß dieſe Erzeugniſſe nicht zu dicht abgeſchloſſen werden ſollen und nicht in dumpfen, ſchlecht zu lüftenden Räumen lagern dürfen. Mehl iſt häufig umzuſchaufeln, ebenſo auch Grieß. Dieſer iſt ganz beſonders empfindlich; ein allzu großer Vorrat davon iſt nicht ratſam. Hülſenfrüchte hängt man am beſten in kleinen Säckchen in der Speiſekammer auf, ebenſo Reis, Sago, Gerſte uſw. Für den unmittelbaren Bedarf füllt man kleinere Mengen in die ſchönen Glasbehälter ab, die heutzutage in jeden Küchenſchrank eingebaut werden, ſie ſind in jeder Beziehung einwandfrei. Vorräte an Dörrobſt werden ebenfalls am beſten in Säckchen aufgehängt. Öfteres Nachſehen iſt nötig, da Dörrobſt ſtark die Feuchtigkeit anzieht, ſich alſo eventuell Schimmel daran bilden könnte.

Zucker und Salz ſind gut vor Feuchtigkeit zu ſchützen, da ſie beide, beſonders aber das Salz, dieſe ſtark anziehen, und, wenn ſie wieder getrocknet werden, klumpen. Für Salz und Pfeffer eignen ſich gut ſchließende Porzellan- oder Emaillebüchſen am beſten. Alle ſtark aromatiſchen Waren, wie Kaffee, Tee, Gewürze uſw. verſchließt man am beſten in feſtſchließenden Glas- oder Porzellandoſen. Im Gegenſatz zu früher, wo ſolche Doſen immer nur ganz loſe aufſitzende Deckel hatten, die keinerlei Schutz gegen das Ausrauchen der Aromaſtoffe boten, erhält man nun ſolche Doſen entweder mit eingeſchliffenen Glasſtopfen oder faſt luftdicht ſchließenden Aluminiumdeckeln. Sie ſind ſauber und praktiſch. Unſauber und unpraktiſch iſt aber alle Tütenwirtſchaft im Speiſeſchrank, mit dieſer muß unbedingt aufgeräumt werden.

Fett, das im Vorrat aufgehoben werden ſoll, muß immer in Ton- oder Metallgefäße eingegoſſen werden. Es iſt nicht nötig, das Fett zu dieſem Zweck zu erhitzen; es genügt, wenn es ſo weit erwärmt wird, daß es vollſtändig zergeht. Bei loſe in das Gefäß eingeſchichteten Fettſtücken haben die Fettſäurebakterien eine viel größere Angriffsfläche als bei eingegoſſenem Fett.

Butter muß nicht nur vor Wärme, ſondern auch beſonders vor der Einwirkung des Lichtes geſchützt werden. Kleinere Mengen bewahrt man am beſten in den bekannten Doſen oder Kühlern von Steingut oder poröſem Ton auf, die man auch leicht im Eiskaſten oder Kühlſchrank unterbringen kann. Einen größeren Buttervorrat drückt man feſt in ein Tongefäß, ſtreicht die Oberfläche möglichſt glatt und gießt ſo viel Waſſer darüber, daß es fingerhoch überſteht. Das Gefäß ſtellt man im Keller möglichſt dunkel. Alle 2 bis 3 Tage iſt das Waſſer zu erneuern. Wird von dem Vorrat entnommen, ſo iſt die Oberfläche immer wieder glatt zu ſtreichen und genügend Waſſer nachzufüllen. In Norddeutſchland iſt es allgemein üblich, die Butter zu ſalzen, um ſie beſſer haltbar zu machen, unſerem ſüddeutſchen Geſchmack, der allerdings durch unſere herrliche Allgäuer Gebirgsbutter ſehr verwöhnt iſt, entſpricht die geſalzene Butter nicht.

Öl iſt ebenfalls kühl aufzubewahren. Es iſt unzuläſſig, größere Ölmengen ſtändig in der Küche ſtehen zu haben. Man fülle daher von der Vorratsflaſche eine kleinere Menge in ein Gebrauchsfläſchchen ab. Die anhaltenden Temperaturen in der Küche ſchaden dem Öl, das ſehr empfindlich iſt, ungemein. Unſauber gewordene Ölflaſchen reinigt man am beſten mit etwas Salmiakgeiſt. Der Salmiak verſeift die Ölreſte ſofort, die an den Flaſchenwänden feſtſitzen und die Flaſche wird blitzblank. Nachſpülen mit reichlich heißem Waſſer entfernt dann aus der Flaſche jeden üblen Geſchmack. Die Ölflaſche gehört ebenfalls in den Küchenſchrank, um ſie vor Lichteinwirkung zu ſchützen. Über die Vorratsflaſche zieht man praktiſch eine Strohhülſe. Nicht zu empfehlen ſind die meiſt zu den Tonnengarnituren gehörigen Ölflaſchen aus Porzellan, Steingut oder Milchglas. Es iſt ſchwer zu kontrollieren, ob ſie ganz ſauber ſind und zurückbleibende Ölreſte verderben die ganze friſche Füllung.

Milch und Rahm

Während der warmen Jahreszeit kommt es leicht vor, daß Milch und ſüßer Rahm gerinnen und ſauer werden. Hat die Hausfrau am Morgen Milch, Rahm eingekauft und will ſie ſelbes am Abend oder nächſten Morgen verwenden, ſo muß ſie zu ihrem Ärger feſtſtellen, daß alles ſauer geworden iſt. Dies iſt beſonders unangenehm, wenn das Frühſtück eilt und friſche Milch nicht gleich zu haben iſt. Man muß ſich alſo gegen dieſe unangenehme Eigenſchaft der Milch, ſauer zu werden, zu ſchützen ſuchen. Dies kann man am beſten, wenn man Milch, Rahm uſw. gegen Luft geſchützt, in kühler reiner Luft aufbewahrt. Milch füllt man am beſten in Flaſchen, verkorkt dieſe und ſtellt ſie in friſches, kaltes, am vorteilhafteſten in fließendes Waſſer oder man wechſelt dieſes Waſſer öfters oder auch man umwickelt die Flaſchen mit einem öfters zu wechſelnden, naſſen Tuch. Rahm ſtellt man in Töpfen in ein größeres Gefäß mit Waſſer, welches man gut zudeckt. Gegen Gerinnen beim Kochen ſchützt man Milch und Rahm am wirkſamſten, wenn man ſie möglichſt bald abkocht und dies in Zwiſchenräumen öfters wiederholt, wenn die Milch mehrere Tage aufbewahrt werden ſoll.

Oft will man aus einer kleinen Menge ungekochtem, ſaurem Rahm Butter machen. Dazu gibt man den Rahm in eine ſtarke Flaſche mit möglichſt weitem Hals und ſchüttelt dieſe gleichmäßig, bis ſich die kleinen Butterkügelchen zu größeren vereinigt haben oder man ſchlägt den Rahm mit einem Schneebeſen. Dann gießt man die Buttermilch heraus, ſchüttelt die Butter noch beſſer zuſammen, nimmt ſie heraus und drückt ſie mit einem naſſen Holzlöffel ſo lange ab, bis keine Milch mehr herauskommt. Die Milch ſpült man mit Waſſer weg.

Will man Milch ſauer genießen oder Topfen (Quark) davon machen, ſo ſtellt man ſie an einem luftigen, etwas wärmeren Ort offen auf, damit ſie ſchnell dick wird, weil dann die Milch und auch der Topfen viel ſchmackhafter ſind, als wenn ſie lange ſtehen, ſtark ausrahmt und einen gewiſſen alten Geſchmack bekommt. Will man aus der ſauren Dickmilch den Topfen gewinnen, ſo ſtellt man die Milch in einem glaſierten Topf auf mäßige Hitze, wo ſie dann vollends gerinnt. Dann rührt man die Milch auf und ſchüttelt ſie in ein Leinwandſäckchen, wo man die Molke abtropfen läßt und den zurückbleibenden Topfen noch gut ausdrückt. Auf dieſe Art kann man auch von zuſammengelaufenem Rahm Topfen machen, den man beſonders zu Mehlſpeiſen gut verwenden kann.

Ein weiteres Mittel, um Milch uſw. gut zu erhalten, iſt die unbedingte Reinlichkeit in den Geſchirren. Alle zur Aufnahme von Milch und Rahm dienenden Gefäße müſſen gleich nach dem Entleeren mit heißem Waſſer oder Lauge gewaſchen, gut geſpült und getrocknet werden. Milch, die in die Großſtädte entweder tief gekühlt oder paſteuriſiert geliefert wird, muß trotzdem ſofort nach dem Einholen abgekocht werden und wird dann wieder kühl geſtellt. Milch darf niemals luftdicht abgeſchloſſen werden, außer ſie wird ſteriliſiert, denn ſonſt verdirbt ſie ſofort. Man deckt daher den Topf mit abgekochter Milch, am beſten mit einem feinen Drahtgitter-Deckel, zu. Gefäße, in denen man ſaure Milch aufbewahrt hatte, müſſen unbedingt ausgebrüht werden, ehe man wieder Friſchmilch hineingibt, da ſie ſonſt ſofort ſäuern würde. Auch ſaure Milch muß kühl geſtellt werden, ſie ſäuert ſonſt zu ſtark weiter und ſchmeckt auch ſchal, wenn ſie nicht gut gekühlt iſt.

Käſe iſt am beſten für kürzere Zeit unter einer Glasglocke aufzubewahren. Für längere Zeit hält ſich Hartkäſe am beſten, wenn er in ein Tuch eingeſchlagen wird, das mit Salzwaſſer oder Weißwein getränkt und wieder feſt ausgewunden wurde. Weichkäſe eignet ſich nur zum Aufbewahren, wenn er noch ſehr wenig ausgereift iſt; er reift ſehr raſch nach und wird leicht zu weich und ſcharf.

Brot darf ebenfalls nicht zu ſtark von der Luft abgeſchloſſen werden, da es ſonſt leicht ſchimmelt. Sehr empfehlenswert ſind die bekannten emaillierten oder lackierten Brotkäſten, beſonders, wenn ſie eine kleine Ventilation haben, ähnlich wie die Schmalzbüchſen. Die Brotkäſten ſind innen ſehr ſauber zu halten, alte Brotkrumen ſchimmeln leicht und können ganze Wecken verderben.

Backwerk muß ganz verſchieden aufgehoben werden, je nachdem es weich werden, oder knuſprig bleiben ſoll. In dieſer Beziehung werden beſonders mit den verſchiedenen Weihnachtsbäckereien grobe Fehler gemacht. Bei Beachtung folgender Regeln wird man ſtets gutes Gebäck haben. Alles Gebäck, das weich werden ſoll, muß im ungeheizten Raum in luftdurchläſſigen Behältern aufbewahrt werden, alſo nicht in Blechbüchſen im geheizten Zimmer, ſondern in Körbchen, Tüten oder Säckchen, im Kühlen.

Alles Gebäck, das knuſprig bleiben ſoll, wird möglichſt gut verſchloſſen aufbewahrt und in einem warmen Raume. Hiefür eignen ſich die Blechbüchſen ſehr gut, die natürlich tadellos ſauber gehalten werden müſſen. Buttergebäck eignet ſich nicht zum längeren Aufbewahren, ebenſowenig Torten oder ſogenannte Deſſertſtückchen. Die Haltbarkeit dieſer guten Dinge, die meiſt ſtark angefeuchtet und mit Buttercreme gefüllt oder garniert ſind, iſt auf wenige Tage beſchränkt.

Unſere Aufmerkſamkeit darf ſich aber nicht nur auf ſolche Nahrungsmittel beſchränken, die wir in Vorrat einlegen und auf längere Zeit aufbewahren wollen; ganz beſonders die täglichen Reſte müſſen gut und zweckmäßig verſorgt werden, um ſie dann rechtzeitig wieder zu verwenden. Vor allem hebe man Speiſereſte nie in Metallgeſchirr auf, ſondern in Steingut, Porzellan oder Glasgefäßen. Konſerven, die man nicht ſofort aufbraucht, ſind ebenfalls aus den Büchſen in Porzellan- oder Glasgefäße umzuleeren. Speiſereſte ſind auch möglichſt raſch aus der warmen Küche zu entfernen und kühl zu ſtellen. Nach dem völligen Erkalten deckt man ſie zu oder deckt ein Tuch oder Pergamentpapier darüber. Wenn ein guter Eisſchrank, oder noch beſſer ein moderner Kühlſchrank zur Verfügung ſteht, der hat leichtes Arbeiten; ſchon ein guter, richtig behandelter Keller iſt viel wert, man ſollte keinen Gang über die Treppe ſcheuen, um noch verwendbare Reſte gut zu verwahren.

Alle Winke und guten Lehren helfen aber ſehr wenig, wenn die Wohnungen nicht eine brauchbare, wenn auch kleine Speiſekammer zur Verfügung haben. Leider iſt in den Großſtadtwohnungen für dieſen Raum meiſt kein Plätzchen erübrigt worden, da jedes einigermaßen annehmbare Eckchen zu „Zimmern“ ausgebaut wird, um den Mietertrag des Hauſes zu ſteigern. Speiſekammern ohne Lüftung, oder direkt neben der Küche gelegen und dazu noch ohne Lüftung, ſind unbrauchbar; ebenſo unbrauchbar ſind die kleinen, in die Wand eingelaſſenen Speiſeſchränkchen, die man in modernen Neubauten ſo oft trifft. Sie ſind im Sommer nicht kühl und im Winter nicht froſtfrei. Wer ſich ein Eigenheim baut, der kann ſich leicht die ideale Speiſekammer einrichten. Sie ſollte womöglich nach Norden liegen, iſt dies nicht zu machen, dann muß das Fenſter mit einem feſtſchließenden Laden verſehen ſein. Direkte Lüftung iſt unbedingt erforderlich; für den Sommer laſſe man ſich einen Holzrahmen mit einem feinen Drahtgitter beſpannen, damit man dieſen Rahmen ſtatt des Fenſters einſetzen kann. Das Drahtgitter hält Fliegen und Weſpen ab. Von den verſchiedenen Regalen, die man in der Kammer anbringen läßt, ſollte auch mindeſtens eines mit einem Drahtgitter abzuſchließen ſein; man kann Speiſereſte zum Abkühlen darin ſehr gut verwahren. Auch die Kellerräume laſſen in den meiſten Mietwohnungen viel zu wünſchen übrig. Kohlen- und Speiſekeller müßten unbedingt durch feſte Wände getrennt ſein; denn es iſt nicht reinlich, wenn Eßwaren ſtändig dem Kohlenſtaub ausgeſetzt ſind. Die Kellerfenſter ſind meiſt nur zu öffnen, indem man eine Leiter beſteigt und es wäre ſo leicht möglich, die Lüftung von unten durch einen Handgriff zu regulieren. Auch das Kellerfenſter erhält im Sommer ein Drahtgitter eingeſetzt. Dieſes bietet auch Schutz vor Katzen, Mardern oder Wieſeln. Auch Ratten und Mäuſe finden wenigſtens nicht ſofort den Eingang in den Keller, wenn auch natürlich der Holzrahmen des Drahtgitters ihren ſcharfen Zähnen nicht allzulange widerſtehen dürfte. Der Boden des Kellers iſt öfters mit Lauge zu ſcheuern, die Wände ſind alljährlich zu kalken.

In unſeren modernen Bauten geſchieht ſchon allerlei für die Bequemlichkeit der Hausfrau. Viel notwendiger als ein eingebauter Staubſauger oder Radioanſchluß in allen Zimmern, iſt aber eine brauchbare Speiſekammer, die aber leider, wo ſie nicht ganz in Vergeſſenheit geraten iſt, zum mindeſten ſehr ſtiefmütterlich behandelt wurde. Es iſt nicht einerlei, wo die Hausfrau ihre Vorräte aufbewahrt, nur in zweckmäßigen Behältern und einwandfreien Räumen werden ſie ſich gut halten. Wir haben gewiß keine Urſache, Lebensmittel unnötig verderben zu laſſen; die Not klopft an viele Türen und nur durch eiſerne Sparſamkeit werden wir uns wieder in die Höhe arbeiten können.

Es folgen nun eine Reihe kleiner Handgriffe und Kniffe, mit denen man ſich beim Kochen viel Arbeit erleichtern oder auch etwas nicht ganz Geratenes verbeſſern und wieder gut machen kann.

Jeder Kuchenteig, der lange gerührt werden muß, iſt in der halben Zeit fertig, wenn man zum Rühren einen Schneeſchläger nimmt. Rührſchüſſeln ſind nicht immer praktiſch. Man muß ſtets eine ziemlich große Teigmenge darin haben.

Ausgepreßte, abgekühlte Zitronen werfe man nicht weg, ſondern man lege ſie in einen Emailkrug mit Waſſer, den man in der Küche bereitſtehen hat, ſogen. „Küchenhände" werden, mit ſolchem Waſſer gewaſchen, viel raſcher ſauber als ſonſt. Alte Zitronen ſind wenigſtens jeden 2. Tag aus dem Waſſer zu entfernen.

Angebrannte Speiſen müſſen ſofort aus dem Geſchirr in ein anderes umgeleert werden. Man kratze oder ſchabe nicht mehr aus dem Tigel, als von ſelbſt beim Umleeren herausgeht, ſonſt bekommt man unfehlbar den Brandgeſchmack wieder in das Gericht hinein.

Abgerührte Grießklöße, die zu feſt bleiben beim Kochen, nehme man aus dem Kochwaſſer, lege ſie einige Minuten in kaltes Waſſer und koche ſie dann wieder weiter. Sie werden beträchtlich lockerer durch dieſe Kur.

Wenn man in einem Topf, der ſtark mit Keſſelſtein belegt iſt, eine reichliche Menge Kartoffelſchalen von rohen Kartoffeln kocht, wird ſich der Keſſelſtein, wenn er nicht zu dick iſt, leicht entfernen laſſen. Gegen Keſſelſtein hilft auch konzentrierter Eſſig, der längere Zeit in dem Gefäß ſtehen muß.

Will man ein Kompott ſüß haben und doch Zucker ſparen, ſo gebe man den Zucker erſt an die Früchte, wenn ſie weichgekocht ſind und laſſe ihn ſich auflöſen. Wenn man den Zucker lange mitkocht, ſo invertiert er und verliert an Süßkraft.

Um zu verhüten, daß Milch überkocht, beſtreiche man den oberſten Rand des Tiegels mit etwas Butter. Die Milch wird nicht über den Butterrand ſteigen.

Gemüſe, das ſchön grün bleiben ſoll, muß offen gedämpft werden.

Benütztes Backfett gießt man heiß auf eine Schüſſel mit kaltem Waſſer, alle Unreinlichkeiten ſetzen ſich unten an und können, wenn das Fett erſtarrt iſt, leicht entfernt werden.

Ein ſilberner Löffel, in verſalzene Speiſen geſteckt und einige Zeit mitgekocht, ſoll das Salz an ſich ziehen, ſo daß die Speiſen genießbar werden. Zwiebeln mit der Schale tun die gleichen Dienſte; ebenſo ein Stückchen glühender Holzkohle.

Zu dünn geratene Soßen oder Suppen laſſen ſich mit etwas kalt angerührtem Kartoffelmehl raſch nachdicken, ohne an Farbe oder Geſchmack einzubüßen.

Zwiebeln werden viel weniger raſch austreiben, wenn man ſie am Wurzelende einige Augenblicke an der Gasflamme anbrennt.

Jede Einbrenne oder Einbrennſoße, die Knötchen bekommen hat, wird ganz glatt, wenn man ſie mit einem Schneebeſen rührt.

Äpfel und Birnen, die man zu Kompott ſchält, bleiben weiß, wenn man ſie in Waſſer legt, dem reichlich Zitronenſaft zugegeben wurde.

Orangen laſſen ſich ſehr raſch und gründlich ſchälen, wenn man ſie etwa 6 bis 8 Minuten in die heiße Bratröhre legt.

Zwetſchgen, Pfirſiche, Aprikoſen, Tomaten uſw. laſſen ſich leicht ſchälen, wenn man ſie einige Minuten in faſt kochendes Waſſer legt. Vorſicht, daß die Früchte nicht zu weich werden!

Bratenſoßen, die zu hell ausgefallen ſind, kann man mit etwas Kaffeezuſatz oder brauner Zuckercouleur ſehr ſchön „auffärben“.

Mayonnaiſe, die beim Rühren zuſammengeht, wird wieder tadellos, wenn man ein friſches Eidotter nimmt und die verunglückte Mayonnaiſe langſam löffelweiſe daran rührt.

Hat man zwei Maſſen zuſammenzurühren, eine flüſſigere und eine feſtere, ſo gebe man immer die flüſſigere löffelweiſe in die feſtere, nicht umgekehrt.

Seefiſche verlieren den Jodgeruch, wenn man ein Stückchen glühende Holzkohle im Kochwaſſer mitkocht.

Beim Zwiebelſchneiden muß man nicht weinen, wenn man ſie am Herdrand ſtehend ſchneidet. Durch die aufſteigende warme Luft werden die beißenden Ausdünſtungen der Zwiebeln mit weggeriſſen. Dasſelbe gilt von Meerrettich.

Butterſchmalz iſt viel fetter wie Butter. Iſt alſo in einem Rezept Butter angegeben und muß aus irgendeinem Grunde Butterſchmalz verwendet werden, ſo nehme man mindeſtens $^1/_5$ weniger Fett als angegeben iſt.

Obſtgelee wird niemals feſt, wenn man es gleich mit dem Zucker einkocht. Man koche immer zuerſt den Obſtſaft ohne Zucker ziemlich dick ein und gebe dann erſt den Zucker dazu, dann wird es ſehr ſchön feſt werden. Je reifer die Äpfel, um ſo weniger ſchön wird das Gelee.

Die Milch iſt rein, daß heißt ohne Waſſerzuſatz, wenn ein Tropfen, den man in ein Glas Waſſer fallen läßt, ſofort unterſinkt und dann erſt langſam zerfließt.

Harter Käſe wird wieder friſch und anſehnlich, wenn man ihn einige Stunden in friſche Milch legt. Man läßt ihn abtropfen und trocknet ihn dann ab.

Angeſchnittene Dauerwurſt bleibt an der Schnittfläche ganz friſch und trocknet nicht ein, wenn man eine Speckſcheibe auf die Schnittfläche klebt.

Um das Springen der Eier beim Kochen zu verhüten, ſalzt man das Waſſer leicht.

Friſches Brot läßt ſich beſſer ſchneiden, wenn das Meſſer vor jedem Schnitt in heißes Waſſer getaucht wird. Auch bei Kuchen und Torten anzuwenden.

Das Salz in Salzſtreuern klumpt nicht, wenn man einige Erbſen oder Reiskörner darunter miſcht. Das Salz muß vor dem Einfüllen in den Streuer getrocknet und geſtoßen werden.

Das Springen der Mandeln beim Hacken wird vermieden, wenn man etwas geſtoßenen Zucker über die Mandeln ſtreut.

Angeſchnittene Zitronen halten ſich beſſer, wenn man ſie mit der Schnittfläche auf eine Untertaſſe oder in eine kleine Schüſſel legt, die etwa ½ Zentimeter hoch mit Eſſig gefüllt wurde. Friſche ganze Zitronen halten ſich lange, wenn man ſie in Salz legt und völlig damit bedeckt.

Jeder ausgerollte Teig für Obſtkuchen oder dergl. läßt ſich tadellos auf das Backblech heben, wenn man ihn um den Nudelwalker rollt, dieſen mit dem Teig auf das Blech hebt und dann wieder langſam abrollt.

Schinken- und Aufſchnittſcheiben halten ſich auch im Sommer tadellos über Nacht, wenn man ſie in einen Butterkühler legt.

Kaffee wird viel ausgiebiger, wenn er auf einer ſogenannten Mokkamühle gemahlen wird, die kleine Ausgabe für die Mokkamühle wird leicht durch Erſparnis an Kaffee hereingebracht.

Roſinen, Sultaninen und Weinbeeren reinigt man ſehr leicht, wenn man ſie erſt mit einem Eßlöffel voll Mehl abreibt. Es fallen dadurch alle Stiele herunter und man braucht ſie nach dem Waſchen nicht mühſam ableſen.

Will man Magermilch abkochen, ſo muß man ſtets den Topfboden mit etwas Butter einſtreichen, da die Magermilch ſonſt anbrennt.

Blumenkohl oder Salat waſche man in leichtem Eſſigwaſſer, da der Eſſig die Inſekten herauszieht. Salzwaſſer tötet die Schnecken und Würmchen, veranlaßt ſie aber nicht, ſich von den Blättern zu löſen.

Schlagrahm wird ſehr ſteif, wenn wan etwas pulveriſierten Tragant mitſchlägt. Auf ½ Liter eine kleine Meſſerſpitze voll. (Käuflich Drogerie.)

Blumenkohl, der ſchon etwas gelb geworden iſt durch zu langes Lagern, wird wiedei ſehr ſchön weiß, wenn man dem Kochwaſſer etwas Milch zuſetzt.

Kartoffeln, die mit Kunſtdünger gedüngt wurden, fallen beim Kochen, beſonders wenn ſie roh geſchält wurden, gerne auseinander. Um dies zu verhüten, gibt man in den Topf einige Zitronenſcheiben, kocht die Kartoffeln dreiviertel weich, ſeiht ſie ab und kocht dann mit friſchem heißem Waſſer fertig. Salzkartoffeln ſchmecken am beſten, wenn man ſie zuerſt dreiviertel weichkocht, dann abſchüttet und an der Seite des Herdes vollends gar werden läßt.

Mayonnaiſe wird nie gerinnen, wenn man in die Schüſſel zuerſt etwas Salz einige Tropfen Doppeleſſig und dann erſt das Eigelb uſw. gibt.

Soll Margarine beim Schaumigrühren nicht gerinnen, ſo muß ſie vorher angewärmt, dann in einer lauwarmen Schüſſel mit einigen Tropfen Zitronenſaft vermiſcht werden, dann erſt Zucker und die anderen Zutaten beigeben.

Eierkuchen und Omeletten werden ſchön locker und hoch, wenn man eine gekochte und geriebene Kartoffel in den Teig gibt. Pfannkuchen werden zart, wenn man den Teig recht dünn macht.

Nudelteig gibt mehr aus und wird lockerer, wenn man das Eiweiß zu Schnee ſchlägt und auch dem Teig eine Kleinigkeit geſchmolzene Butter beigibt.

Pfannkuchen werden rund und hoch, wenn man die zur Füllung beſtimmte Marmelade vorher anwärmt.

Rühreier werden beſonders ergiebig und fein im Geſchmack, wenn man den verſprudelten Eiern je Ei eine gute Meſſerſpitze Parmeſankäſe zugibt.

Eigelbe, die ſehr blaß ſind, werden ſchön dunkel, wenn man ſie vorſichtig aufſchlägt, mit etwas Salz beſtreut und zugedeckt ein Weilchen ſtehen läßt.

Weinbeeren und Korinthen gehen im Kuchenteig nicht auf den Boden, wenn man ſie nach dem Waſchen trocknen läßt und dann mit Mehl einreibt. Will man dieſelben entkernen, ſo übergießt man ſie mit kochendem Waſſer, läßt dieſes zehn Minuten darauf ſtehen, bis ſie ganz groß aufgequollen ſind, worauf ſich die Kerne leicht entfernen laſſen.

Vom friſchen Brot feine Scheiben zu ſchneiden, iſt eine ſchwierige Sache, doch geht es ganz gut, wenn man ein heißes Meſſer dazu nimmt.

Reis behält ſeine ſchöne weiße Farbe, wenn man dem Kochwaſſer einige Zitronen oder Eſſig beifügt.

Milchreis gewinnt an Geſchmack, wenn man ihn kurz vor dem Anrichten mit feſt geſchlagenem Eiweiß unterzieht.

Bratwürſte werden wundervoll braun und knuſperig, wenn man ſie ohne Fett in einem ſehr heißen eiſernen Topf unter fortwährendem Schütteln und Wenden fertig brät; auf dieſelbe Weiſe brät man auch die einige Stunden vorher eingeſalzenen grünen Heringe. Die Bratwürſte platzen nicht, wenn man ſie vor dem Braten ſchnell in kochendes Waſſer taucht und dann in weißem Mehl dreht.

Rindsbraten bekommt einen ganz feinen, pikanten Geſchmack, wenn man ihn den Tag vorher mit gutem Tafelſenf etwa meſſerrückendick einreibt und ihn dann ſamt dem Senf brät.

Schlechtes Salz kann den Geſchmack einer Speiſe ganz verderben. Man erkennt gutes Salz daran, daß es an der Luft nicht feucht und ſtark ſtockig wird oder man löſt 10 Gramm Salz in 40 Gramm kaltem Waſſer; löſt es ſich ſchnell und leicht, iſt es gut, andernfalls iſt es minderwertig und verfälſcht, meiſtens mit Gips.

Ranzige Butter wird wieder ſchmackhaft, wenn man dieſelbe in 1 Liter Waſſer, in dem man einen gehäuften Teelöffel voll Speiſeſoda (doppelkohlenſaures Natron) aufgelöſt hat, gut durchknetet und dies eventuell wiederholt, wenn die Butter ſchon ſtark ranzig iſt.

Lebensmittel, ſowie übrig gebliebene Speiſen ſoll man nie auf hohen Käſten und Schränken aufbewahren, da oben die Luft immer am wärmſten iſt und die Speiſen leicht verderben.

Übrig gebliebene empfindliche Speiſen (auch Kaffee!) wärme man ſtets im Waſſerbad auf, ſie nehmen dadurch nicht den unangenehmen Aufwärmegeſchmack an. Bratſtücke erwärmt man im Sieb, das man über kochendes Waſſer hält und gebe dann die heiße Soße darüber.

Bratpfannen ſollen nicht mit Waſſer ausgewaſchen werden, da die Speiſen dadurch leicht anhängen; man reibt ſie nach dem Gebrauch mit Papier aus.

Schinken kann man lange aufbewahren, ohne daß er vertrocknet oder durch Schimmel uſw. ſchlecht wird, wenn man einige Eiweiß leicht ſchlägt, mit feinem Pfeffer vermiſcht und damit den Schinken an allen Stellen beſtreicht. Dann hängt man ihn an luftigem Ort auf.

Eine größere Menge Eſſig kann man auf einfache Weiſe lange gut, ſcharf und klar erhalten, wenn man ein Stück Holzkohle hineinlegt und die Flaſche gut verſchloſſen und dunkel aufbewahrt.

Angeſchnittener Käſe bleibt lange friſch, wenn man die Käſeglocke mit einem naſſen Tuch überdeckt, das man öfter am Tage auswäſcht und wieder überdeckt.

Angeſchnittene Wurſt (Zervelat-, Salami uſw.) behält die Farbe, wenn man mit Pergament in gleicher Größe die Schnittfläche überdeckt. Ebenſo bleibt Aufſchnitt friſch und in der Farbe gut, wenn er zwiſchen Pergament oder Pergamentpapier geſchichtet aufbewahrt wird.

Wildbretgeſchmack mildert man, wenn man ein in Rum getauchtes Stück Brot mitbrät.

Einpanierte Fleiſchſtücke nie zudecken, wenn fertig. Sonſt verlieren ſie das Knuſperige.

Leberſchnitten oder Nieren niemals ſalzen, da ſie ſonſt hart werden. Salz kommt erſt an die Soße oder die Einpanierung wird geſalzen.

Beim Hacken von Fleiſch oder ähnlichem durch die Hackmaſchine zuletzt harte Semmeln oder gekochte Kartoffeln durchtreiben, um alle Reſte herauszubefördern.

Sauerbratenbeize ſchmeckt nachher als Soße würziger, wenn man das reichlich dazu genommene Wurzelwerk mit etwas Speck erſt anbrät und dann der Marinade beifügt.

Die zu große Pfanne beim Braten von Fleiſch oder Geflügel läßt das Fett anbrennen. Den freien Raum ausfüllen mit dicken Scheiben roher, geſchälter Kartoffeln.

Rindsbratenſoße bindet und färbt gut das Mitbraten einer Schwarzbrotrinde.

Suppengrün nicht wegwerfen, wenn Fleiſchbrühe fertig. Durch Sieb ſtreichen, am nächſten Tag irgendeine Suppe dadurch ſchmackhafter machen.

Farbe für Suppen. Einige auf der Herdplatte oder bei Gas auf der Stilpfanne ohne Fett geröſtete Zwiebeln oder Zucker gebräunt.

Welke Peterſilie wird friſch in lauwarmem Waſſer; Endivie verliert dadurch den ſtrengen Geſchmack.

Weiße Bohnenſuppe erhält durch Beigabe von Tomatenmark ein ſchöneres Ausſehen.

Angeröſtetes Gemüſe erhält, wenn man es ganz braun werden läßt, fleiſchähnlichen Geſchmack.

Gemüſe behalten ihre Farbe durch Kochen ohne Deckel oder Kochen in Kupfergeſchirren.

Hülſenfrüchte werden ſchneller weich, wenn man kein Salz beigibt.

Blumenkohl bleibt beſſer beiſammen und wird ſehr weiß durch Weglaſſen von Salz und Beigabe von Milch eventuell Zitronenſchale.

Rote Rüben behalten ihre ſchöne Farbe, wenn man unten einen Stumpf der Blattſtiele ſtehen läßt.

Blaukraut behält ſeine ſchöne Farbe durch Übergießen mit Eſſig, nachdem das Kraut im Fett angedünſtet wurde. Auch ſoll es nicht zugedeckt und erſt am Schluß geſalzen werden.

Tomaten ſchälen iſt leicht, wenn man ſie mit einem großlöcherigen Sieb einige Minuten in einen Topf mit kochendem Waſſer hält.

Geriebener Meerrettich wird nicht blau von längerem Stehen, wenn man ihn mit einer Scheibe Schwarzbrot bedeckt oder mit Zitronenſaft beträufelt.

Angeſchnittene Zwiebeln bleiben friſch, wenn man ſie auf Salz legt. Nur auf Porzellanteller.

Erfrorene Eier in kaltem Waſſer, in kaltem Raum langſam auftauen. Dann ſofort gebrauchen. Beſonders wenn man viele erfrorene Eier wegbrauchen muß.

Eiſchnee von konſervierten Eiern ſchlägt ſich gut, wenn man auf 3 Eier 1 Teelöffel voll kaltes Waſſer nimmt oder etwas ſalzt.

Eiſchnee ſtrecken. Auf ein Eiweiß ½ Eierſchale voll kaltes Waſſer genommen, mehrt und ſchadet der Feſtigkeit nicht.

Schlagrahm ſchneller ſteif bekommen. Beigabe von ganz wenig Salz oder Zucker. Der Zuckerzuſatz macht allerdings, daß die Schlagſahne ſich nicht ſo lange ſteif hält.

Erſatz für ſauren Rahm: Milch mit einigen Tropfen Zitronenſaft oder Eſſig.

Eier ſparen. Bei Eier- und Ausbackteig etwas mehr Flüſſigkeit (Milch, Waſſer) zugeben, eventuell etwas mehr Mehl. Dasſelbe bei Nudeln.

Spiegeleier backen ſchneller auch von oben durch Begießen mit Bratbutter.

Semmeln erhalten ſich friſch in Aluminiumbüchſe mit Glaseinſatz.

Kaffeearoma verſtärken. Dem Waſſer wird eine Meſſerſpitze Natron beigefügt.

Arbeitserleichterung durch Vorrichten aller Zutaten und Geschirre vor Beginn der Arbeit

Austrocknen von Senf verhindern. Durch Miſchen mit wenig Milch und Salz oder Eſſig und Zucker.

Torten verſchicken. Kreuzweiſe Bänder von ſtarkem, weißen Papier unter der Torte durchführen, ſo daß ſie der Empfänger an dieſen leicht herausheben kann. Pappteller unter der Torte und Tortenſchachtel unerläßlich.

Äpfel und Birnen werden nicht unanſehnlich beim Schälen für Kuchen, Torten, Mehlſpeiſen, wenn man ſie bis zum Gebrauch in leicht geſalzenes Waſſer legt.

Erfrorene Äpfel und Gemüſe. Sofort vor Gebrauch auftauen und gleich verzehren. Äpfel in kaltes Waſſer legen und Apfelmus davon bereiten. Gemüſe ſind ebenſo zu behandeln. Langſam auftauen. Mehlzuſatz bei der Bereitung weglaſſen.

Schweizerkäſe friſch halten. In mit leichtem Salzwaſſer befeuchtetem Pergamentpapier oder ſauberem Leinentuch in Porzellan- oder Glasdoſen aufbewahren.

Sommerküche. Salat hält ſich in irdenem Topf, mit Teller zugedeckt. Oder mit einem hellen, ſauberen, feſt ausgewundenen Tuch umhüllen.

Alle gekochten Speiſereſte nur in Porzellan aufbewahren und feſt zudecken. Erſt nach Abkühlung in den Eisſchrank ſtellen.

Küchen-Mißgeſchicke und ihre Behebung

Friſchgeſchlachtetes Fleiſch. Vor dem Kochen ſchnell in heißes Waſſer werfen. Dann braten oder kochen. Es wird eher weich.

Zähes Fleiſch, auch Huhn. Einreiben mit Salz und Natron, 1 Stunde ſo zwiſchen 2 Porzellantellern liegen laſſen, dann wie ſonſt bereiten. Bei Kochfleiſch 1 Eßlöffel Rum oder Kornbranntwein zugeben.

Braten verſalzen. Ein großes, ſauberes, weißes Tuch in klares Waſſer tauchen, ausdrücken und zwei- bis dreifach auf den ganzen Braten legen. Dann etwas Salz darüber ſtreuen, mit Deckel feſt zudecken und an lauer Herdſtelle ſtehen laſſen. Nach ½ Stunde das Tuch wegnehmen. Das überflüſſige Salz ſitzt als kleine Kriſtalle an der unteren Seite des Tuches.

Suppe verſalzen. Ein paar Scheiben rohe, geſchälte Kartoffeln oder geröſtete Brotſtückchen einige Minuten kochen laſſen.

Gemüſe oder Salat zu ſcharf geraten. Priſe Zucker daran.

Braten angebrannt. In anderes Gefäß, mit viel Waſſer zweimal umſpülen und in reinem, neuen Fett friſch anbraten.

Gemüſe angebrannt. Vorſichtig vom Geſchirrboden abheben, in neuem Fett und neuem Gefäß neu bereiten. Angebranntes Geſchirr einweichen.

Salzkartoffeln angebrannt. Waſſer weggießen, die Kartoffeln in anderem Gefäß ſofort auf Steinboden oder kaltes Waſſer ſtellen (Keller, Waſchküche).

Angebrannte Milch. Mit etwas Rum oder Kognak ſofort nochmals aufkochen.

Angebrannter Kuchen. Mit ſcharfem Meſſer die ſchwarze Decke wegkratzen. Bei Gugelhupf (Napfkuchen) reibt man mit einem feinen Reibeiſen das Schwarze herunter und beſtreut dann dicht mit vanilliertem Puderzucker.

Geplatzte Bratwürſte. Verhindern, indem man ſie in etwas kalte Milch legt und in kaltem Fett brät. Eventuell in lauem Waſſer zuerſt langſam ziehen laſſen.

Hackbraten hält nicht. Vor dem Anbraten in Kartoffelmehl oder Guſtin wälzen, dann paſſiert es nicht wieder.

Deutſches Beefſteak iſt zu trocken. Etwas kalte Milch oder Waſſer und feingeſchnittenen Speck unter die Fleiſchmenge geben.

Bratkartoffeln ſind zu knapp. Nicht zu trockene Brot- oder Semmelreſte in Würfel ſchneiden und mitbraten.

Das Gewürz ſchmeckt vor. Mitkochen laſſen. Paprika, Zwiebeln und dergleichen, die erſt ſpät an das Fleiſch kommen, ſchmecken mehr vor, als wenn ſie gleich zu Anfang zugedeckt dünſten.

Der Kuchen geht nicht aus der Form. Blechform einige Minuten auf die heiße Herdplatte ſtellen. Irdene Form einen Augenblick bis zum Rand in kochendes Waſſer ſtellen. Backpulverkuchen die Form auf naſſes Tuch ſtellen. Puddingform mit feuchtem Tuch bedecken.

Das Brot iſt wieder trocken. In reine, feuchte Serviette einſchlagen, 2 Stunden ſo liegen laſſen, dann kurz im Ofenrohr aufbacken.

Knödel verkochen ſich. Warum keinen Probekloß gemacht? Nun in das geſalzene Knödelwaſſer gleich etwas mit kaltem Waſſer verrührtes Kartoffelmehl geben. Im ſämigen Waſſer behalten die Knödel ihre Form.

Torte in Springform. Hat ſich wegen ungleichmäßiger Hitze in der Mitte buckelartig gehoben. Man ſchneidet ſie, wenn erkaltet, einfach glatt und benützt dieſe beſchnittene Fläche zum Glaſieren, wo alle Unebenheiten verſchwinden, oder dreht die Torte um, ſo daß die glatte Seite nach oben kommt, welche man nun nach Belieben verzieren, bepudern oder glaſieren kann. Nur bei gerührten, ungefüllten Torten oder ſolchen anzuwenden, die mehrfach durchgeſchnitten und gefüllt werden ſollen.

Wenn Kuchen ſitzen geblieben und ſtriefig, ſpeckig geworden ſind. Trocken werden laſſen, reiben, befeuchten mit Milch, Rum. Anmachen mit Eiern, Zucker, Weinbeeren, geriebener Zitrone, geriebenen Mandeln und in befetteter Form im Waſſerbad als Pudding kochen. Soße dazu. Oder denſelben Teig in Auflaufform im Rohr backen. Nur in Vierecke geſchnitten und angefeuchtet wie oben, mit geſchnitzelten Äpfeln vermiſcht, einen Schmarrn daraus machen. Weihnachtsgebäck ebenſo.

Fachausdrücke in der Küche und ihre Erklärung

Glacieren — Glanz geben, glänzend machen. Man macht dies bei Fleiſchgerichten durch Beſtreichen mit dick eingekochtem Fleiſchextrakt oder aufgelöſten Suppenwürfeln (Glace) — ſiehe Glace —, bei Mehlſpeiſen durch Beſtreichen mit Zuckerguß uſw. (Glaſur oder Eis.)

Paſſieren — durchtreiben, durch ein feines Sieb drücken mittels eines Kochlöffels oder Paſſierholzes.

Seihen — heißt, dicke Suppen, Soßen und dergleichen durch ein grobes Sieb, klare Brühen durch ein feineres Sieb, Säfte oder Sulzen durch Tücher, rohe Fruchtſäfte durch Flanell oder einen Filzſack fließen laſſen.

Legieren — Binden heißt einer Speiſe (Suppen, Gemüſen, Soßen uſw.) eine Einbrenne (Einmach, Bechamel) oder Eier beifügen, damit die Speiſe gebunden, zuſammengehalten oder auch dicklich gemacht wird. Legiert, bindet man eine Suppe mit Ei oder Eigelb, ſo muß das Ei vorher mit kalter Suppe, Milch oder Waſſer abgeſprudelt werden. Miſcht man das geſprudelte Ei kalten Suppen oder Soßen bei, ſo muß bei Wiedererhitzen gerührt und das Gefäß vom Feuer genommen werden, ſobald ſich Blaſen bilden und die Soße uſw. anfängt, dicklich zu werden.

Frikaſſee = Eierſoße. Die Bereitung heißt frikaſſieren = abziehen. Man macht Frikaſſee zu Fleiſch- (Geflügel-) und Fiſchſpeiſen, auch Gemüſen (Blumenkohl) uſw. Mehrere Eigelb werden abgeſprudelt und zu abgelöſchtem lichten Einmach oder der Soße, aus der man das Fleiſch genommen hat, gerührt.

Kurz einkochen oder einſieden von Soßen oder Brühen heißt, dieſe auf ſchneller Hitze ſo lange kochen, bis viel Flüſſigkeit verdunſtet und das Zurückbleibende weniger und daher dicker und kräftiger geworden iſt.

Entfetten — abfetten heißt, Suppen, Soßen, Bratenſäfte (z. B. bei Gansbraten) vom überflüſſigen Fett befreien, dieſes abſchöpfen.

Anlaufen laſſen — heißt, etwas (z. B. Bröſel, Zwiebeln, Mehl, Grieß, Peterſilie uſw.) in heißes Fett geben, damit es anſchwillt, gelb bis dunkelbraun wird.

Stauben — heißt, Gemüſe, um ſie ſämig zu machen, mit etwas Mehl beſtreuen — beſtauben — oder das Wurzelwerk, auf dem Fleiſch gedünſtet wird. Man tut dies meiſt erſt, nachdem das Gericht beinahe fertig, die Flüſſigkeit verdunſtet und nur mehr das Fett geblieben iſt. Man ſoll nicht mehr Mehl nehmen, als das Fett befeuchten kann.

Ablöſchen oder Vergießen heißt, einer Einbrenn oder Einmach oder einer geſtaubten Speiſe unter beſtändigem ſchnellen Umrühren eine kalte Flüſſigkeit (Suppe, Fleiſchbrühe, Waſſer, Gemüſeſud, Fiſchſud uſw.) zugießen.

Dünſten oder dämpfen (auch braiſieren) heißt, Fleiſch, Gemüſe, Obſt uſw. in einem gut zugedeckten Geſchirr, mit wenig Flüſſigkeit, welche Dampf entwickelt, kochen. — Fleiſch legt man auf Wurzelwerk, Speckſchnitten, Fett, eventuell Knochen- und Fleiſchabfälle, gibt nur ganz wenig, daß nur die Unterlage bedeckt iſt, Waſſer oder Brühe dazu, deckt gut zu und ſtellt es auf mittlere Hitze. — Gemüſe gibt man in heißes Fett (eventuell mit Zwiebeln), gießt wenig Flüſſigkeit bei, deckt zu und rührt es öfter auf, damit es nicht anlegt — anbrennt. — Obſt kocht, dünſtet man meiſt im eigenen Saft oder nur mit wenig Zuckerwaſſer.

Braiſe — klare Dunſtbrühe iſt der Saft, den man durch Dünſten von Fleiſch, Geflügel mit Wurzelwerk und wenig Brühe gewonnen und geſeiht hat.

Etwas im Waſſerbad kochen heißt, die Form mit der zu kochenden Speiſe in ein größeres Gefäß mit Waſſer ſtellen. Das Waſſergefäß muß höher ſein als die Form, und die Form ſoll noch fingerbreit über das Waſſer hinausragen, damit das Waſſer beim Kochen nicht in die Form dringen kann. Man deckt die Kaſſerolle gut zu und legt bei nicht dicht ſchließendem Deckel noch einen in heißes Waſſer getauchten Lappen herum.

Stürzen heißt, das in der Form Gekochte oder Gebackene aus dieſer löſen. Dazu löſt man zuerſt den oberen Rand der Speiſe mit einem feinen Meſſer, legt dann die Platte oder Schüſſel, worauf Speiſe kommen ſoll, auf die Form, dreht das Ganze um, läßt ein Weilchen raſten, damit die Speiſe Zeit hat, ſich zu löſen und hebt dann die Form gerade in die Höhe.

Schwimmend im Fett backen heißt, in die Kaſſerolle ſo viel Fett (Backfett) geben, daß die zu backenden Speiſen (Krapfen, Schnitzel oder andere Mehl- und Fleiſchſpeiſen) darin ſchwimmen.

Panieren oder Einbröſeln heißt, Fleiſch- (Schnitzel, Koteletten uſw.) oder Mehlſpeiſen in Ei und Bröſel oder Mehl eindrehen, tauchen, bevor man ſie bäckt.

Faſchieren nennt man Fleiſch durch die Maſchine treiben.

Beſtreichen — Ausſtreichen nennt man das Ausſchmieren oder Bebuttern von Backformen oder Blechen mit Fett mittels Pinſel.

Ausſtreuen oder Streuen einer Form iſt, wenn man dieſe mit Bröſel, Zucker und Mehl beſtreut.

Bähen oder Röſten von Brot heißt, Semmeln oder Brotſchnitte, die man auch länglich oder würfelig machen kann, auf einem Bähroſt (Drahtgeflecht) oder Backblech bräunen, röſten (Toaſt).

Schneeſchlagen heißt, Eiweiß ſo lange mit der Schneerute ſchlagen, bis es flockig, ſchaumig wird und ausſieht wie Schnee.

Quirlen oder ſprudeln nennt man, etwas Flüſſiges durch ſchnelle Bewegung mit dem Quirlholz oder dem Sprudler mit etwas anderem gut vermengen, miſchen oder auch ſchaumig machen.

Unter Abtreiben einer Speiſe verſteht man das ſtarke Rühren von Fett, Butter und dergleichen mit dem Kochlöffel, bis es flaumig wird oder das feſte Abarbeiten von Teigen mit dem Kochlöffel oder der Hand, bis dieſer recht fein und zart geworden iſt, was man daran erkennt, daß er ſich von Hand oder Löffel und Schüſſel löſt und große Blaſen wirft.

Abbrühen — Blanchieren heißt, Fleiſch (im beſonderen Hirn, Füße, Knöchel — Haxen, Köpfe uſw.) in kaltem Waſſer zuſetzen, heiß werden laſſen und dann wieder in kaltes Waſſer legen. Oder — Gemüſe uſw. mit kochendem Waſſer übergießen.

Sengen — Flammieren bedeutet, daß man von fertig gerupftem Geflügel durch Halten über eine Flamme die ganz feinen Federchen und Härchen entfernt — wegſengt.

Spicken heißt durchziehen von Speckſtreifen in Fleiſch und Geflügel.

Abliegen oder Abhängen heißt, Fleiſch von friſcher Schlachtung längere Zeit liegen oder hängen laſſen, damit es mürbe und zart wird.

Einmach — Bechamel iſt ganz lichte, helle Einbrenne. Man braucht es zu Frikaſſee, eingemachtem Kalbfleiſch uſw.

Einbrenne iſt in Fett mehr oder weniger dunkelbraun angelaufenes Mehl.

Maße und Gewichte

1 Eßlöffel Mehl	zirka 20 Gramm
1 Eßlöffel Reis	zirka 25 Gramm
1 Eßlöffel Grieß	zirka 20 Gramm
1 Eßlöffel Gerſte	zirka 20 Gramm
1 Eßlöffel Zucker	zirka 25 Gramm
1 Eßlöffel Salz	zirka 20 Gramm
1 Eßlöffel Semmelbröſel	zirka 15 Gramm
1 Eßlöffel Haferflocken	zirka 10 Gramm
1 Eßlöffel Grünkern	zirka 20 Gramm
1 Eßlöffel zerlaſſenes Fett	zirka 10 Gramm
1 Eßlöffel feſtes Fett	zirka 30 Gramm
1 Eiſchwer	zirka 50 Gramm
1 Liter Waſſer	zirka 1 Kilo
1 große Taſſe Flüſſigkeit	zirka ¼ Liter
1 kleine Taſſe Flüſſigkeit	zirka ⅛ Liter gut
1 Suppenteller voll	zirka ¼ Liter
6 mittelgroße Kartoffeln	zirka ½ Kilo
1 Kaffeelöffel voll	zirka 2 bis 3 Gramm
1 Meſſerſpitze	zirka 1 Gramm

Die Eßlöffel und Kaffeelöffel ſind leicht gehäuft zu füllen. Flüſſigkeiten füllen ſie natürlich mit dem Löffelrand abſchließend.

Sparkochgeräte im Haushalt

Es handelt ſich beim Sparen nicht allein um Geld, ſondern auch um Zeit und Kraft. Kraft- und Zeitverbrauch koſten Nerven, da andere Arbeit wartet und heute von der Hausfrau mehr gearbeitet werden muß wie früher. Es fehlen die Hilfskräfte; die Hausfrau muß meiſt alles ſelbſt tun und die Anforderungen ſind größere geworden.

Es muß gut und nahrhaft gekocht werden, die Lebensmittel müſſen rationell ausgewertet werden.

Die Technik hat mitgeholfen, die Schwierigkeiten zu überwinden; es ſind Erfindungen auf den Markt gekommen, die ausgezeichnet ſind, und es liegt nur an der Hausfrau, ſie zu nützen.

Kochen wird leicht gemacht!

Da iſt zunächſt die Schellſche Dampfhaube oder Columbushaube, die die Herſtellung eines Mittageſſens für eine ſechsköpfige Familie zu einer Spielerei macht, wenn ſie richtig bedient wird.

Vier Töpfe übereinander geſetzt, mit einer Haube darüber, die die Wärme zuſammenhält und die Speiſen mühelos weich und ſchmackhaft macht. Die Columbushaube kann mit Gas oder elektriſchem Strom geheizt werden. Sie iſt ſo konſtruiert, daß, wenn die Speiſen den nötigen Hitzegrad erreicht haben, d. h. kochen, ſie ſich durch eine kleine Kugel automatiſch auf kleine Flamme einſtellen kann. Das Mittageſſen kocht nur auf kleinſter Flamme ohne Aufſicht bis zum Garwerden, wenn die Hausfrau die Uhr beachtet.

Im unteren Topf das Suppengericht, im zweiten den Braten oder den Fiſch im eigenen Saft, im dritten das Gemüſe und darauf die Kartoffeln, im fünften das Abwaſchwaſſer; ganz obenauf können noch Kartoffel in der Schale gar werden, die beſonders ſchmackhaft ſind. Iſt die Haube richtig gefüllt, die Speiſen in den Töpfen angekocht und übereinander geſtellt, ſo braucht die Hausfrau ſich nicht mehr darum zu kümmern, ſie kann andere Arbeit tun oder Ausgänge beſorgen oder ſich eine Erholung gönnen. Zur berechneten und gewünſchten Zeit iſt die Mahlzeit fertig. Eine beſondere Vorrichtung zum Bräunen der Gans und der Braten iſt vorhanden, ebenſo für das Backen von Kuchen und Aufläufen. Auch Steriliſieren von Obſt iſt möglich. Ebenſo kann Eis in der iſolierten Haube zubereitet werden.

Der Anſchaffungspreis iſt wohl nicht gering, aber er kommt durch Heizkrafterſparnis und Entlaſtung der Hausfrau bald wieder herein.

Ein gleichwertiger Kochapparat, der für Elektrizität eingerichtet iſt, iſt der ſogenannte „Ökonom". Ein Etagenkochſyſtem, genau wie die Dampfhaube, die Töpfe übereinander geſtellt auf einer ſogenannten Heizſpeicherplatte. Der Stromverbrauch iſt gering, da die Hitze reſtlos ausgenützt wird; er iſt beſonders der Landhausfrau zu empfehlen in Gegenden, wo kein Gasanſchluß vorhanden und der Strom billig iſt.

Eine billigere und leicht handhabbare Dampfhaube iſt die ſogenannte „Deha"-Haube, die 4 Töpfe übereinander aus Aluminium hat, mit einem großen Topf darüber, der ſich genau einpaßt. Für kleinere Familien zu empfehlen.

Der Prometheus-Topf, der 3 Töpfe aus Emaille und 1 Waſſerkanne oben vorſieht, iſt für die Gasküche ausgezeichnet. Er iſt haltbar und zuverläſſig, die Speiſen müſſen in den einzelnen Töpfen etwas ſtärker angekocht werden, bevor ſie aufeinander geſtellt werden, da er keinen Manteltopf vorſieht.

Die Elite-Etagen-Kochtöpfe der Hollerſchen Carlshütte ſind durch ihre Ausführung in Stahlemaille vollkommen und praktiſch. Es werden gelochte Zwiſchendeckel eingelegt, die Speiſen gut angekocht. Das maſſive, ſchöne Material iſt eine Zierde für jede Küche. Sie halten durch ihre ſtarke Wandung die Hitze ſehr zuſammen. Die Berechnungsdauer der Speiſen iſt genau möglich, ein Anbrennen von Ragouts auch im unteren Topf iſt bei richtiger Flammeneinſtellung faſt unmöglich.

Will man ſich keine komplette Etagenkochgarnitur anſchaffen, ſo kann die Hausfrau ſich durch Topfringe, die ſogenannten „Oralumaringe“, das Etagenkochſyſtem ſchaffen. Die Ringe müſſen den Töpfen genau eingepaßt ſein, die Topfböden vollſtändig ſauber. Die Ringe ſind in Haushaltungsgeſchäften zu haben. Sie ſollten in keinem Haushalt fehlen.

Iſt der Küchenzettel einfacher geſtaltet und will man nur ein ſaftiges Stück Fleiſch, ſo kann der Krumbachſche Dampftopf empfohlen werden. Das Suppen- oder ſonſtige Kochfleiſch wird ausgezeichnet in ihm. Iſt die Brühe im Kochen, ſo gibt der Topf ein Pfeifzeichen, die Flamme wird auf klein geſtellt oder der Topf von der Feuerſtelle des Herdes beiſeite geſchoben. Iſt die Flamme reguliert, ſo braucht man ſich um das Garwerden nicht zu kümmern; durch den feſten Verſchluß des Topfes geht keine Flüſſigkeit verloren, auch werden die Geſchmackswerte rein erhalten.

Für berufstätige und viel beſchäftigte Frauen iſt das Schnellkochverfahren eine große Hilfe.

Es ſind in den letzten Jahren eine große Anzahl dieſer Schnellkochtöpfe angeboten worden, der „Kochfix“, die „Kochluſt“, der „Siko“, der „Rapid-Schnellkocher“ und noch verſchiedene andere. (Abbildungen ſiehe bei Küchengeräten.)

Im Grundſyſtem ſind ſie ziemlich gleich, der eine erreicht einige Hitzegrade mehr wie der andere. „Kochfix“, „Kochluſt“ haben Einſätze, in die die verſchiedenen Speiſen eingelegt, ein Sieb, auf das die Kartoffeln gelegt werden können. Das Fleiſch zu unterſt, ſtellt man dann den Topf auf große Flamme, nachdem er feſt verſchraubt iſt, und hat in 10 bis 15 Minuten ein fertiges Mittageſſen. Durch den ſtarken Dampfdruck wird die Fleiſchfaſer in dieſer kurzen Zeit vollſtändig gar, der Saft der Speiſen bleibt vollſtändig erhalten. Feſte Hartgummiringe verſchließen den Topf hermetiſch und Mißtrauen und Erſtaunen löſten die Vorführungen dieſer Töpfe bei den Frauen zuerſt aus; das Mißtrauen wurde durch Koſtproben bekämpft und der gute Geſchmack der Speiſen ſchaffte den Töpfen Käufer. Das Verfahren iſt ſicher ein guter Ausweg, wenn zur Speiſenbereitung nur wenig Zeit zur Verfügung ſteht.

Als weitere Neuheit iſt der „Saftbrater“ zu nennen. Ein doppelwandiges Bratgerät, eine Pfanne mit hohem Deckel. Das Fleiſch wird gewürzt und in den vorher gut angehitzten Brater gelegt — ohne Fett oder Waſſer. Es brät nun im eigenen Safte, behält ſeinen eigenen Geſchmack und iſt leichter bekömmlich. Daher in der Krankenküche zu empfehlen. Die Zubereitungsdauer iſt je nach Fleiſchgröße und Art 15 bis 30 Minuten für ½ Kilo. Indian oder Gans brauchen 2 bis 3 Stunden. Der „Saftbrater“ iſt auf Gas und Kohlenherd verwendbar.

Das Verfahren kommt der Grillpfanne nahe, auf die das Fleiſch auch ohne Fett gegeben werden kann.

Zum Backen von Kuchen gibt es die verſchiedenſten Haubenarten.

Das „Küchenwunder“, die „Zauberglocke“, den „Recofix“, die „Deha“ und einige weitere. Der große Vorzug liegt in der Gaserſparnis. Ein ½-Kilo-Mehlkuchen koſtet etwa 3 Pfennig an Gas.

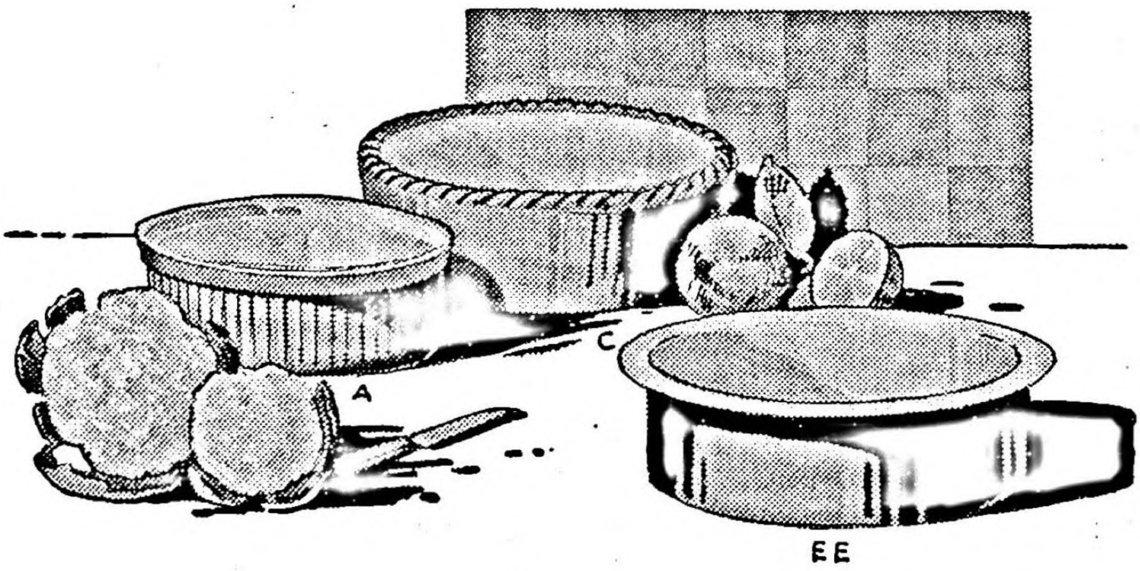
Die „Zauberglocke“ iſt in der Konſtruktion ſehr gut, ſie hat keine Öffnung im Haubendeckel, es entweicht keine Flüſſigkeit aus dem Kuchen, er wird nicht trocken.

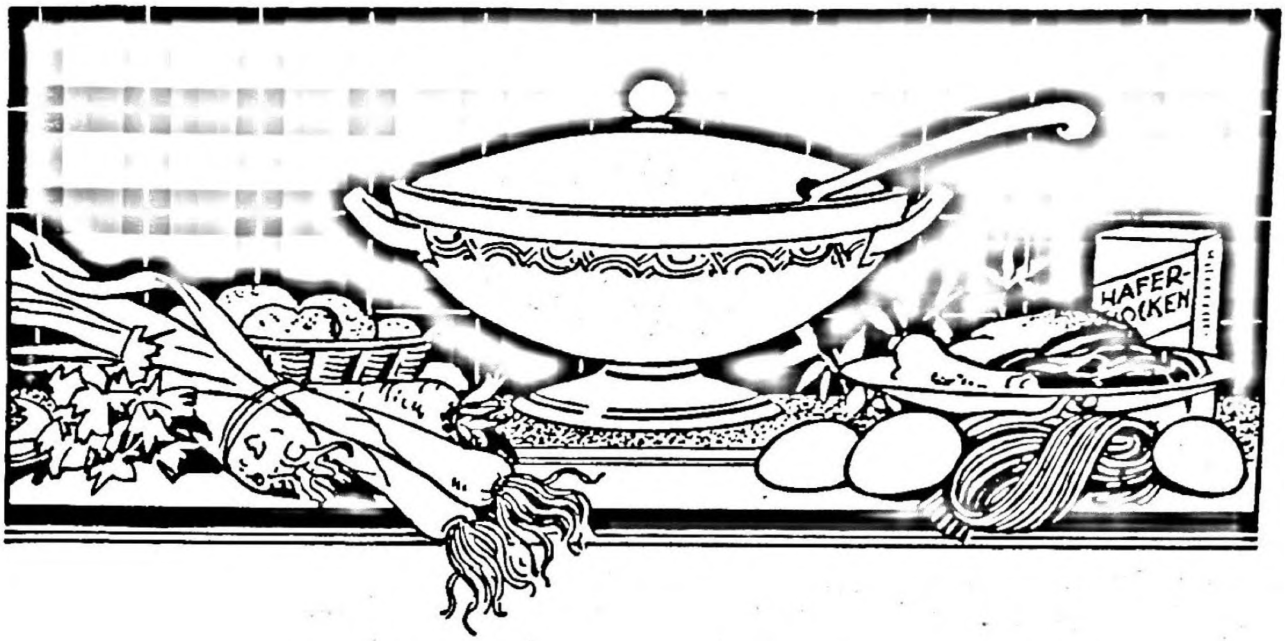
Die Backzeit bei kleinſter Flamme beträgt ¾ Stunden. Der Haubendeckel darf während des Backens nicht gehoben werden und es bedarf nur die genaue Beachtung der Uhr, und der Kuchen gerät ſtets.

Um der Ängſtlichkeit der Hausfrau entgegenzukommen, hat man in den Haubendeckel ein Glas eingeſetzt; es kann da der Backprozeß beobachtet werden und das vorzeitige Aufheben des Deckels kommt dann nicht in Frage.

Es ſei noch an die Kochkiſten, die in vielen Haushaltungen in die Ecke gewandert ſind, erinnert; auch ſie erſparen Aufſicht und Zeit und es gibt viele Gerichte, die ausgezeichnet in ihnen werden.

Es muß ſich eben jede Hausfrau das herausſuchen, was für ihre Küche und zu ihrem Geldbeutel paßt.





Kochlehre

Rezepte

für 4 Perſonen gerechnet.

Die Kochrezepte ſind allgemein für 4 Perſonen vorgeſehen. Alle Anweiſungen ſind ſo genau als möglich angegeben. Wo dies nicht der Fall iſt, gilt die näher angegebene Perſonenzahl. Der Zuſatz von Zucker, Salz, Würze ſowie Flüſſigkeitszuſätze ſind nach Geſchmack und Gewohnheit zu beſtimmen.

Suppen

Vormerkungen.

Wir wollen zu ergründen verſuchen, welche Hauptgrundſätze bei der Zubereitung der verſchiedenartigen Suppen zu beachten ſind. Der Unterricht hat ſich zu befaſſen mit der Zubereitung der klaren und der gebundenen Suppen.

1. Frage: Was muß die Hausfrau wiſſen, wenn ſie den Hauptwert auf die klare, kräftige Brühe (Fleiſchbrühe) legt? (Fleiſch, Knochen, Grünzeug in kaltem Waſſer anſetzen, Salz zugeben, ſehr langſam kochen. Die aromatiſchen Extraktivſtoffe gehen in die Brühe über.)

2. Frage: Was iſt unter Bindung der Suppen im küchentechniſchen Sinne zu verſtehen? (Es iſt das Verfahren, Suppen und Soßen zu verdicken mittels eines als Bindemittel dienenden Zuſatzes zur Flüſſigkeit.)

Im nachfolgenden Kapitel wollen wir uns eingehend mit dem Studium der verſchiedenen Zubereitungsarten der im deutſchen Haushalt ſo ſehr geſchätzten Suppen befaſſen und feſtzuſtellen verſuchen, wann ſie als aromatiſche Eröffnung einer ausgeſuchten Speiſenfolge, als Grundlage für ausgehungert heimſtürmende Sportsjugend und Schulkinder oder — wie eine ſtarke Kraftbrühe — als Beleberin geſunkener Kräfte ihren Zweck getreulich erfülle!

Es iſt eine ausgemachte Sache, daß es Hausfrauen und Köchinnen gibt, deren Suppen und oft auch Soßen immer wieder durch einen beſonderen Wohlgeſchmack überraſchen. Bittet man um das Rezept, ſo verrät dies abſolut keine beſondere Zuſammenſetzung, und die Gäſte machen irgendein geheimnisvolles Gewürz verantwortlich, das die Hausfrau nicht verraten wolle. Dieſe myſteriöſe Zutat iſt aber nichts anderes als liebevolle Aufmerkſamkeit; die Suppe iſt einfach mit „Liebe" gekocht. Dies Gewürz hat den Vorzug, mit Verſchwendung angewandt werden zu können und doch nicht viel zu koſten, und trotzdem beſſere Erfolge zu bringen als die teuerſten Zutaten.

Sehr wichtig iſt aber auch die richtige Zuſammenſtellung der Suppen mit den folgenden Gerichten der Mahlzeiten. Sehr oft wird gerade darin geſündigt! Da gibt es heute eine dünne Fleiſchſuppe und hinterher ein leichtes Frikaſſee mit Reis, morgen eine dicke Linſenſuppe, dem ein Gericht von Leberknödeln und Sauerkraut folgt. Stellt ſich bei der erſten Mahlzeit nach kurzer Zeit ein verfrühtes Hungergefühl ein, ſo herrſcht nach der letzteren noch nach 3 Stunden ein Gefühl läſtiger Überſättigung. Sättigenden Hauptgerichten ſollte ſtets eine leichte, ſchnell verdaulichen dagegen eine gehaltvolle Suppe vorangehen. So ſollte man beiſpielsweiſe auch nie den ſo häufigen Fehler machen, vor Mehlſpeiſen wie Dampfnudeln, Kartoffelpfannkuchen uſw. eine dicke Suppe von Kartoffeln oder Hülſenfrüchten zu geben, ſondern etwa eine Tomaten- oder Gemüſeſuppe oder im Sommer eine Obſtſuppe. Dieſe ſättigen nicht nur weniger, ſondern enthalten auch diejenigen Nährbeſtandteile, die der folgenden Speiſe fehlen, worauf in der neuzeitlichen Küche mit Recht der größte Wert gelegt wird.

Eine weitere oft gemachte Erfahrung iſt die Unterſchätzung der Waſſerſuppen. Allerdings iſt eine kräftige Fleiſchbrühe einer faden und gehaltloſen Waſſerſuppe vorzuziehen. Aber ebenſo ſicher iſt der Wert einer mit Liebe gekochten Waſſerſuppe entſchieden größer als der einer Fleiſchbrühe, die ja bekanntlich nicht ſehr viel Nährwert beſitzt. Die gute Hausmannskoſt iſt an nichts ſicherer zu erkennen, als an dem Gehalt und dem Aroma der ohne Fleiſch gekochten Suppen. Wer z. B. Haferflocken mit etwas geſchnittenem Gemüſe und Zwiebel in Butter aufdünſtet, desgleichen Reis, getrocknete Erbſen oder Linſen, und der aufgefüllten und durchgekochten Suppe etwas ſauren Rahm beigibt, auch wohl einen Fleiſchbrühwürfel mitkochen läßt und die fertige Suppe mit fein geſchnittenem Schnittlauch oder geröſteten Semmelwürfel verſieht, wer es verſteht, durch einen Löffel Tomatenmark die Kartoffelſuppe zu verbeſſern oder durch geröſtete Speckwürfelchen eine Erbſen- oder Linſenſuppe, der braucht ſich nicht über ſchiefe Geſichter beim Auftragen einer Waſſerſuppe zu beklagen. Gehen ſo Kochkunſt und Liebe Hand in Hand, ſo werden die Schlankheitsapoſtel bald tauben Ohren predigen.

1. Fleiſch-Suppen.

Allgemeines über Zubereitung von Fleiſchbrühe. Das Fleiſch muß friſch ſein und vor dem Einlegen raſch mit friſchem Waſſer gewaſchen werden. Man nimmt faſt doppelt ſo viel Kochwaſſer als man Suppe haben will, da dieſes im Verlauf des Kochens ſich verringert (einkocht). Das Nachgießen von kaltem oder heißem Waſſer beeinträchtigt die Klarheit der Brühe. (Wenn nötig, dann Waſſer nur kochend nachgießen.) Das Einkochen des Waſſers hat zur Folge, daß das beigegebene Gewürz ſchärfer im Geſchmack hervortritt. Alſo wenig Salz zugeben beim Aufſetzen des Kochwaſſers! Fleiſchbrühe ſoll nie ſprudeln, ſondern gleichmäßig auf kleinem Feuer kochen. Starkes Kochen zerreißt die Fleiſchfaſer und macht die Brühe trübe und dadurch unanſehnlich. Der ſich bildende Schaum wird nicht abgenommen, da er wertvolle Eiweißſtoffe enthält.

Die kräftigſte Brühe erhält man von magerem Fleiſch (Schwanzſtück, Roſenſpitz, Waden).

Beſſeres, ſaftigeres Suppenfleiſch liefert ein mit Fett durchſetztes (durchwachſenes) Stück wie Zwerchrippe, Bruſtkern, Hochrücken uſw. Man rechnet nach den neuzeitlichen Ernährungsgrundſätzen 100 bis 150 Gramm Ochſenfleiſch auf eine Perſon. Dieſe Menge kann ſich im Einzelfalle erhöhen oder vermindern. Wenn es auf die Güte der Brühe mehr ankommt als auf ein wohlſchmeckendes Suppenfleiſch, ſo muß das Fleiſch in kaltem oder warmem Waſſer beigeſetzt werden, da vor dem Kochen der kräftige Fleiſchſaft in das Waſſer übergeht und dieſe kräftiger macht. Umgekehrt gibt man das Fleiſch in kochendes Waſſer, wenn es auf den Wohlgeſchmack und Saftgehalt des Fleiſches ankommt, da ſich dann ſofort durch Gerinnen des Eiweißes die Fleiſchporen ſchließen, was ein Austreten des Saftes verhindert.

Trockenes, gekochtes Suppenfleiſch läßt ſich zu Haſchee, Frikandellen (Fleiſchpflanzerln), Farcenfüllen, Fleiſchſalat verwenden, durch Beigabe von Bratenſoße, Jüs, Fleiſchextrakt und Bouillonwürfel (Maggiwürfel) kann die Maſſe verbeſſert werden.

Schwache Brühe verbeſſert man mit denſelben Hilfsmitteln und durch Abziehen mit Ei und Rahm ſowie durch Beigabe von gehacktem Schnittlauch. Man verwendet dieſe leichte Brühe am beſten zu gebundenen oder Gemüſe-Suppen, zum Verdünnen von Soßen und Gemüſen.

Eine ſchöne Farbe bekommt die Fleiſchbrühe, wenn man eine auf der Herdplatte gebräunte Zwiebel mitkochen läßt. Dunkler wird ſie, wenn man ½ Teelöffel voll Grießzucker in einem Pfännchen bräunt und nach dem Aufkochen etwas davon in die Brühe gibt. Auch zum Färben von Soßen anwendbar (Zuckercouleur). Beim Zuſetzen des Fleiſchwaſſers gibt man immer zuerſt die gewaſchenen, zerhackten Knochen und den Ausſchnitt (1 Stückchen Herz, Milz oder Leber) in das kalte Waſſer. Je nach dem Endzweck (gute Brühe oder gutes Suppenfleiſch) gibt man das Fleiſch in das kalte oder kochende Waſſer und fügt gleichzeitig das Suppengrün bei. Will man eine ganz klare Brühe erzielen und kommt es mehr auf die Klarheit und Schönheit der Brühe, als die Ausnützung der Nährwerte an, ſo empfiehlt ſich das Abſchäumen der Brühe, beſonders nach dem erſten Aufkochen des Fleiſches. Knochenbrühe ergibt, beſonders ohne Abſchäumen, keine ganz klare Brühe. Zu Fleiſchbrühe läßt ſich außer Ochſenfleiſch bei Gelegenheit verwenden: Ochſen- und Kalbszunge, Kalbfleiſch (Krankenſuppen), Hammelfleiſch, Hühnerfleiſch, Tauben, Krebſe, verſchiedene Fiſche, Schildkröten, Wild und Wildgeflügel.

Hat man kein Fleiſch zur Verfügung oder muß ſehr raſch eine kräftige Fleiſchbrühe bereitet werden, ſo erweiſt ſich Fleiſchextrakt in allen Fällen als beſter Erſatz, der dazu den Vorteil hat, nicht zu verderben. Gleich anwendbar iſt Maggi's gekörnte Fleiſchbrühe und die bekannten Bouillon-Würfel.

Klare Fleiſchbrühe auf ſchnellſte Art. ¼ Teelöffel Fleiſchextrakt oder ½ Teelöffel gekörnte Fleiſchbrühe oder ein Bouillon-Würfel wird mit einer Taſſe recht heißen Waſſers angerührt und ſofort mit oder ohne Muskat und Vollei ſerviert.

Eisbouillon. Klare Fleiſchbrühe, mit Fleiſch oder Extrakt hergeſtellt, ſchüttet man zum Entfetten durch ein reines gebrühtes Tuch und kühlt auf Eis.

Grundrezepte für Fleiſchbrühe. 2 bis 3 Liter Waſſer, Salz, Knochen und Ausſchnitt, 1 Zwiebel, Wurzelwerk, 500 bis 750 Gramm Ochſenfleiſch.

Um eine kräftige, klare Fleiſchbrühe zu erhalten:

Waſſer mit Knochen und davon abgelöſten Fleiſchſtückchen aufs Feuer ſetzen und erwärmen, bis es Bläschen zieht. Dann Fleiſch mit wenig Salz (da das Waſſer einkocht und die Brühe ſonſt zu ſcharf wird) in das Waſſer geben und das gut gewaſchene, geputzte und gebundene Wurzelwerk dazu. Alles nun raſch zum Kochen bringen. Bis zum Garwerden langſam kochen laſſen. Bei ſtarkem Kochen bleibt die Brühe nicht klar und die Fleiſchfaſern löſen ſich.

Um ein ſaftiges Suppenfleiſch zu erhalten:

Fleiſch in das kochende, geſalzene Waſſer geben. Die Poren ſchließen ſich dann ſofort und laſſen den kräftigen Fleiſchſaft nicht ausfließen. Langſam und gut zugedeckt garkochen. Am beſten im Dampftopf.

Das Wurzelwerk ſoll aus einem kleinen Lauchſtengel, ¼ bis ½ Sellerieknollen, wenig Sellerieblättern, 1 Gelbe Rübe, 1 auf der Herdplatte gebräunten Zwiebel beſtehen, wodurch die Brühe die richtige Farbe bekommt. Es wird gebunden der Brühe beigegeben. Hinzugeben kann man namentlich im Frühjahr und Sommer: Wirſingblätter, Spargel oder Spargelſchalen, Erbſenſchoten, Tomaten, Blumenkohl, Pilze.

Knochenbrühe. ½ Kilo Knochen, 2 Liter Waſſer, Ausſchnitt, 60 Gramm Fett, Wurzelwerk, Salz, Zwiebel mit der Schale.

Knochen und Ausſchnitt waſchen, zerkleinern, vorbereitetes Wurzelwerk ſchneiden, Zwiebel halbieren, in heißem Fett alle Zutaten bräunen, mit kaltem Waſſer aufgießen, ſalzen, zugedeckt 2 Stunden kochen.

Zu Kraftbrühe (Beaftee) wird das Fleiſch in kleine Stücke geſchnitten, mit einem leicht geſchlagenen Eiweiß, das zum Klären dient und kleingeſchnittenem Wurzelwerk in wenig kaltem Waſſer oder kalter entfetteter Fleiſchbrühe langſam zum Kochen gebracht. Dann läßt man es bei öfterem Umrühren noch etwa 1½ Stunden an der Seite des Herdes oder bei kleiner Flamme ausziehen. Man ſeiht die Kraftbrühe durch ein Tuch, ſerviert in Taſſen oder verwendet ſie zu klaren Suppen mit Einlagen.

Consommé.

Kraftbrühe mit Tapioka gebunden und mit Tomatenpüree gefärbt, als Einlage in Julienne geſchnittenes Hühnerfleiſch (Streifen geſchnitten).

Kalbfleiſch-Brühe (beſonders als Krankenkoſt). 500 bis 750 Gramm Kalbfleiſch (oder Kalbsſchenkelknochen), 60 Gramm Mehl, Salz, 3 Liter Waſſer, 60 Gr. Butter, 1 Eigelb, Peterſilienwurzel.

Wie gewöhnliche Fleiſchbrühe kochen. Mehl in Butter hell dünſten, die durchgeſeihte Brühe zum Auffüllen dazu. Mit der Peterſilienwurzel (auch Spargel oder Schwarzwurzel) noch 1 bis 1½ Stunden kochen laſſen, mit Eigelb abziehen. Als Einlage Nudeln, Grieß, Reis. Dieſe Suppe eignet ſich beſonders als kräftige und leichte Krankenkoſt. (Das mitgekochte Fleiſch iſt am anderen Tag zu eingemachtem Kalbfleiſch verwendbar.)

Jüs. Ochſenfleiſchabfälle, etwas Leber und Herz, Rinds- und Kalbsknochen, Schinkenabfälle, Wurzelwerk, Zwiebel zuſammen kaſtanienbraun röſten, mit Waſſer auffüllen, langſam einige Stunden kochen. Durch ein Tuch ſeihen und erkalten laſſen. Die Maſſe wird dicklich wie Gelee, eignet ſich zum Verbeſſern von Fleiſchbrühe und wird beſonders zum Garnieren von kalten Fleiſchplatten und Brötchen verwendet.

Fleiſchglace = getrocknete Fleiſcheſſenz und Suppenwürze.

Beſonders am Lande herzuſtellen. (Für Wandertouren brauchbar.)

Im allgemeinen iſt es wohl das beſte, billigſte und bequemſte zum Verbeſſern und Würzen von Bratenſoßen, anderen Soßen, Gemüſen, Suppen und Salaten, ſich der Maggis Fleiſchbrühwürfel zu bedienen, denn dieſe Erzeugniſſe ſind von allbekannter Güte.

Im beſonderen Falle aber, ſei es, um übriges Fleiſch auf dieſe Weiſe zu verwerten, kann man ſich Fleiſchglace auch ſelbſt auf folgende Weiſe bereiten:

Eine große Kaſſerolle wird mit Rindsfett und zu Scheiben geſchnittener Zwiebel belegt, darauf gibt man Schnitten von beiſpielsweiſe 1 Kilo magerem Rindfleiſch vom Wadſchinken und das halbe Gewicht an Kalbfleiſch (von der Stelze). Das Ganze dünſtet man nun bei mittlerer Hitze und gibt dabei öfters einige Löffel Waſſer dazu. Iſt dann der Saft klar, d. h. bildet ſich kein Schaum mehr, ſo gibt man Wurzelwerk wie Sellerie, Gelbe Rüben, Peterſilie und Porree zur Brühe und läßt alles 6 bis 8 Stunden weiterkochen. Hierauf wird die Brühe geſeiht und entfettet, über Nacht ſtehen gelaſſen und dann in einem weiten Geſchirr bei ſchneller Hitze ſtark eingekocht, worauf man es kühl ſtellt. Das auf der Brühe ſich befindliche Fett nimmt man ab. Nun kocht man die Brühe im Waſſerbad noch mehr ein, gießt ſie dann in ein weites Geſchirr, ſtellt es kühl, damit der Inhalt zum Stocken kommt. Iſt dies geſchehen, ſo ſchneidet man von dem Geſtockten kleine Würfel, die man auf Papier in kühl-trockenen Luftzug ſtellt. Sind die Würfel trocken geworden, ſo dreht man ſie vollends in Papier und bewahrt ſie in verſchloſſener Doſe kühl und trocken auf.

Obiges Fleiſchquantum iſt nur beiſpielsweiſe angegeben; man nimmt je nachdem das Drei- bis Vierfache davon, da ſich ſonſt die Arbeit nicht rentiert. Von 1 Kilo Fleiſch erhält man etwa 35 bis 50 Gramm Glace. Beim Gebrauch wird das Glace mit heißer Fleiſchbrühe aufgelöſt, zum Beſtreichen, Glacieren von Braten uſw., dem es eine ſehr ſchöne Farbe verleiht, oder zum Verbeſſern von Soße und Gemüſen, verwendet.

Um Knochen und Fleiſchabfälle aller Art beſtens zu verwerten, kann man ſich davon in Verbindung mit Maggis Würze ein vorzügliches Suppenverbeſſerungsmittel bereiten.

Dazu werden alle Arten Fleiſchabfälle, Rind-, Kalb-, Schweine- und Geflügelknochen fein gehackt und in heißem Fett ſchön braun angebraten. Dann ſchneidet man allerlei Wurzelwerk fein, gibt es zu den Knochen, ſowie etwas Salz, Paprika, einige Nelken, etwas Ingwer und ein Lorbeerblatt und kocht das Ganze ſo lange, bis die Knochen mürbe ſind, ſchäumt dann ab, paſſiert die Brühe durch ein ganz feines Sieb, gibt dann, je nachdem die Brühe kräftig iſt, bis zu einem Achtel des Gewichtes der Brühe Maggis Würze hinzu, kocht alles noch einmal auf und füllt es in Flaſchen, die man dicht verſchließt.

Fleiſchſuppen

Hühner-Suppe. 1 fettes Suppenhuhn, entſprechend Waſſer, Salz, Peterſilienwurzel, 1 bis 2 Eidotter, nach Belieben Krebsbutter.

1 fettes Suppenhuhn rupfen, abſengen, ausnehmen, innen und außen gut waſchen, Füße weghacken. Lunge, Leber und Herz zur Herſtellung von Klößchen beiſeite tun, Magen in der Suppe kochen. Das Huhn wird nun mit dem nötigen Waſſer, wenig Salz und der Peterſilienwurzel etwa 3 Stunden langſam gekocht. Sellerie, Lauch und Zwiebel paſſen zu dieſer Brühe nicht, da ſie ihr den feinen Hühnergeſchmack nehmen würden. Man rührt die Suppe mit fein gehackter Peterſilie, geriebenem Muskat, 1 bis 2 Eidottern und Suppenwürze ab. Reis oder feine Graupen, beſonders feine Nudeln, paſſen als Einlage.

Zu einer feinen Hühnerſuppe eignen ſich Krebsſchwänze, Krebsbutter oder Krebsklöße vorzüglich. Das gekochte Huhn, deſſen Fleiſch ziemlich trocken iſt, gibt man mit Tomatenſoße oder einer anderen feinen Soße zu Tiſch. (Oder genießt es geteilt in der Suppe.)

Falſche Hühnerſuppe macht man auf dieſelbe Art mit Kalbfleiſch ſtatt Huhn.

Königin-Suppe. 1 gekochtes Suppenhuhn, 3 bis 4 Eier, Hühnerbrühe, 2 Semmel.

Von einem fleiſchigen alten Huhn, das man mit den gewöhnlichen Zutaten ganz weich gekocht hat, löſt man das weiße Fleiſch vom Gerippe, beſeitigt die Haut und wiegt das Fleiſch fein mit 3 bis 4 hart gekochten Eiern. Das dunklere Fleiſch und das Gerippe kocht man vollends aus. Nun gibt man in die durchgeſeihte Brühe 2 abgeriebene, in Scheiben geſchnittene und hellgeröſtete Semmel. Später fügt man das mit den Eiern gemiſchte Hühnerfleiſch hinzu, läßt alles durchkochen, treibt es dann durch ein Sieb und ſtellt die Brühe heiß. Sie darf nicht mehr kochen. Man gibt ſie über geröſteten Semmelwürfeln oder mit Geflügelklößchen angerichtet zu Tiſch. Auch dieſe Suppe läßt ſich wie Hühnerſuppe mit Kalbfleiſch, ſtatt Huhn, herſtellen.

Krebsſuppe. ½ bis 1 Dutzend Suppenkrebſe, Salz, 1 Priſe Zucker, 80 Gramm Butter, 4 Löffel ſüßen Rahm, 100 Gramm Mehl, Fleiſchbrühe.

Die Krebſe ſauber abſpülen und in ſtark ſprudelndem Waſſer 10 Minuten kochen laſſen. Nach dem Kaltwerden das Fleiſch aus Scheren und Schwänzen ausbrechen, die Eingeweide entfernen und die Schalen mit ein wenig Butter im Mörſer fein zerſtoßen. Nun dämpft man in der übrigen Butter die zerſtoßenen Schalen ¼ Stunde und fügt dann das Mehl zum Mitdämpfen dazu (Nicht bräunen, da ſonſt die rote Farbe verloren geht.) Dann füllt man mit Fleiſchbrühe auf, fügt wenig Salz bei und läßt etwa 1 Stunde kochen. Durch ein Haarſieb gießen, halb erkalten laſſen und die rote Fettdecke, die man Krebsbutter nennt, abheben und zu dem Krebsfleiſch legen. Rahm und ein wenig Zucker in die Brühe geben, die man mit der Krebsbutter noch einmal heiß werden läßt. Man richtet die feine Suppe mit dem Fleiſch der Scheren und Schwänze, und nach Belieben mit Klößchen oder Reiseinlage an. Zubereitungszeit 2½ Stunden.

Feine Fiſch-Suppe. 500 bis 750 Gr. Fiſche, Fleiſch- oder Erbſenbrühe, 50 Gr. Mehl, Weißbrotwürfel, Butter zum Backen, Peterſilie.

500 bis 750 Gr. Hecht oder Karpfen ſchuppen, enthäuten und entgräten, in Stücke ſchneiden, in Mehl umwenden und in Butter hell backen. Fleiſch- oder Erbſenbrühe darüber und eine Weile mitkochen laſſen. Alles durch ein Sieb ſtreichen, fein gehackte Peterſilie in der Brühe heiß werden laſſen. Über geröſtete Weißbrotwürfel anrichten.

Bouillabaiſſe (feine Fiſchſuppe) für 4 bis 6 Perſonen.

600 Gramm Seelachs in große viereckige Stücke ſchneiden, 1 gehackte Zwiebel, das Weiße von 1 Lauchſtengel und 1 bis 2 Zehen gehackten Knoblauch in 1/10 Liter Öl dünſten, mit 1 Liter Waſſer begießen und 10 Gramm Salz, ½ Meſſerſpitze Pfeffer, 1 kleine Priſe Safran und 1 Kräuterſträußchen hinzufügen. Alles zum Kochen bringen und in die Bouillon 2 große geſchälte und in dicke runde Scheiben geſchnittene Kartoffeln geben. 12 bis 15 Minuten kochen laſſen, die Fiſchſtücke hineingeben, auf ſtarkem Feuer weiter kochen, bis Fiſch und Kartoffeln weich ſind. Zuletzt noch etwas grobgehackte Peterſilie dazugeben und abſchmecken. Man kann auch nur wenig Kartoffeln nehmen, dafür feine Suppennudeln. Zur Suppe ſelbſt reicht man geröſtete Brotſchnitten, welche man mit Knoblauch eingerieben und mit Fiſchbrühe befeuchtet hat.

Einfache Fiſch-Suppe (Reſte-Verwertung).

Man verwendet hierzu Reſte von gekochten Fluß- oder Seefiſchen oder auch von gebackenen Fiſchen. Sie werden entblättert und entgrätet, in einer mit Fiſchgräten-, Knochen- oder Fleiſchbrühe oder mit Waſſer aufgefüllten hellen Einbrenne durchgekocht. Dann verfährt man weiter wie bei der feinen Fiſchſuppe.

Hirn-Suppe. 1 Kalbshirn, 1½ Liter Brühe, 50 Gramm Butter, 1 Stückchen Zitronenſchale, 50 Gramm Mehl, 1 Eidotter, Salz.

Hirn waſchen, brühen, häuten, wiegen, in Butter dämpfen, mit Mehl ſtauben, mit Brühe auffüllen, aufkochen, mit Zitronenſchale würzen, mit Eigelb abziehen und anrichten. (Auch für Kinder und Kranke.)

Kalbsbrieschen-Suppe.

Das Brieschen wird gewäſſert, in kaltem Waſſer bis zum Sieden gebracht, das Waſſer abgeſchüttet. Dann kocht man es in Fleiſchbrühe weich, häutet es, ſchneidet es in kleine Würfel oder wiegt es, und bereitet die Suppe weiter wie Hirnſuppe.

Leber-Suppe. Etwa 250 Gr. Leber, Salz, 30 bis 40 Gr. Fett, 1½ Liter Brühe, 40 Gramm Mehl, 1 kleine Zwiebel.

Leber in lauwarmem Waſſer waſchen, häuten, ſchaben, wenn nötig wiegen oder durch die Maſchine geben. Aus Fett, Zwiebel und Mehl mittelfarbige Einbrenne herſtellen mit irgendeiner Brühe (Fleiſch-, Knochen- oder Wurzelbrühe) auffüllen.

Milz-Suppe. 125 Gr. Milz, 1½ Liter Brühe, 20 Gr. Fett, Salz, 40 Gr. Mehl, 1 Zwiebel, Rahm.

Milz waſchen, an der Seite aufſchlitzen und mit ſcharfem Blechlöffel ausſchaben. Im übrigen wie Leberſuppe zubereiten.

Ochſenſchwanz-Suppe. 500 Gr. Ochſenſchwanz, 1½ Liter Waſſer, 100 Gramm Butter, Suppengrün, 50 Gramm roher Schinkenſpeck, 120 Gramm Mehl, 1 Zwiebel, Salz.

Den Ochſenſchwanz waſchen, in den Gelenken durchſchneiden, die Stücke mit zerkleinertem Suppengrün und Zwiebel in der Butter, nach Belieben mit Schinkenſpeck, ſchön braun anbraten, Mehl dazu und etwas mitröſten, mit Waſſer ablöſchen, ſalzen und ſo lange kochen laſſen, bis ſich das Fleiſch von den Knochen leicht und völlig löſen läßt. Die Stücke herausnehmen, abkühlen laſſen, das Fleiſch ablöſen, in Streifen ſchneiden, in die Suppenterrine legen. Die Brühe durch ein Sieb geben, entfetten und über die Fleiſchſtückchen anrichten. 1 Priſe Paprika und 1 kleines Glas Madeira verbeſſern die Suppe ſehr. Als Einlage in Butter geröſtete Semmelwürfel oder Klößchen.

Falſche Schildkröten-Suppe (Mockturtle-Suppe).

Man bereitet ſie aus einem halben abgebrühten Kalbskopf wie die Ochſenſchwanzſuppe. Als Einlage gibt man falſche Schildkröten-Eier.

Wild-Suppe (Reſte-Verwertung).

Man verwendet hierzu übrig gebliebenen Haſen- oder Rehbraten. Die beſten Stücke in Streifen ſchneiden, das Unanſehnliche fein wiegen. Die Knochen zerhacken, mit Suppengrün in Butter anbraten, mit Waſſer auffüllen, ſalzen, auskochen. Unterdeſſen eine braune Einbrenne von Butter, Zwiebel und Mehl bereiten und mit der Knochenbrühe auffüllen. Durchſeihen und das zerwiegte Wildfleiſch in die Brühe geben, mit Wein abſchmecken und über das Fleiſch anrichten.

Grund-Rezept für Wurzelbrühe. 1 mittlerer Lauchſtengel, ¼ bis ½ Sellerieknolle 2 Gelbe Rüben, 1 Zwiebel mit der Schale, 1 bis 2 Peterſilienwurzeln, 20 Gramm Fett, 2 Liter Waſſer und Salz.

Das Wurzelwerk und die Zwiebel fein ſchneiden, dunkel röſten, ſalzen, mit Waſſer aufgießen und zugedeckt 1 bis 2 Stunden kochen laſſen. Wie Fleiſchbrühe oder Knochenbrühe zu Suppen und Soßen verwendbar. Nach Belieben mit Fleiſchextrakt oder Bouillonwürfeln verbeſſern.

Klare Suppen mit Einlagen

Allgemeines über klare Suppen mit Einlagen: Sie laſſen ſich aus Fleiſchbrühe, Knochenbrühe, Fleiſchextrakt- und Bouillonwürfelbrühe ſowie aus Wurzelbrühe herſtellen. Man gibt ſie mit den verſchiedenſten Arten von Einlagen, die man teils in die fertige Brühe einſtreut und darin garkocht, teils abgeſondert in Salzwaſſer vorkocht und dann der Suppe beimengt. Das eigene Kochwaſſer der Einlage läßt ſich meiſt zur Suppe verwenden oder mitverwenden (Fleiſchklößchen und dergleichen), manchmal auch nicht. (Gekaufte billige Teigwaren, erſtes Reiskochwaſſer.) Eine Suppe aus Wurzel- oder Knochenbrühe läßt ſich natürlich ſtets durch Fleiſchbrühe, Extrakt, Maggi's Würze uſw. kräftiger machen; eine Gemüſeſuppe wird durch dieſe an Wohlgeſchmack gewinnen. Einen beſonderen Nährwert beſitzt die Fleiſchbrühe nicht. Ihre Hauptvorzüge ſind Wohlgeſchmack, Anregung bei Appetitloſigkeit und Schwäche (Kraftbrühe), ferner Bekömmlichkeit. Auch faſt jede klare Suppe kann nach Belieben und Geſchmack fein geſchnittener Schnittlauch, geriebener Parmeſan- oder Schweizerkäſe gegeben werden. Auch etwas Muskatnuß kann man faſt jeder Suppe nach Geſchmack zugeben.

Eingeſtreute Einlagen

Grieß, Sago, Nudeln und andere Teigwaren werden in die kochende Suppenbrühe eingeſtreut und bis zum Garwerden darin gekocht. Man rechnet für eine Perſon 1 Eßlöffel oder 15 Gramm Grieß oder Sago und ebenſo 15 Gramm Teigwaren. Für ſelbſt gemachte Teigwaren rechnet man 15 Minuten, für gekaufte 30 Minuten Kochzeit. Die gekauften Teigwaren kocht man beſſer vorher in Salzwaſſer ab und ſchüttet dieſes weg.

Nudelteig. (Grundrezept.) 125 Gramm Mehl, Salz, 1 kleines Ei, 2 bis 3 Eßlöffel Waſſer.

Die Zutaten auf dem Nudelbrett zu einem feſten Teig verarbeiten, bis derſelbe beim Durchſchneiden kleine Löcher zeigt. 2 dünne Flecke auswellen, noch dünner ausziehen, etwas trocknen laſſen (wenn zu trocken, bricht der Teig), in ganz feine Streifen ſchneiden und vollends trocknen. Zu dieſem Zweck lockert man die Streifen wie Holzwolle auf und breitet ſie auf dem Brett oder einem Tuch aus. Man kann ſie trocken einige Zeit aufheben. Breiter geſchnitten ergibt der Teig Breite Nudeln zu Rindsbraten, Kalbsfrikaſſee u. a.

Geriebene-Teig-Suppe.

Nudelteig (Rezept vorſtehend), nur etwas ſtrenger, auf dem Reibeiſen reiben, trocken werden laſſen und in der Brühe 15 Minuten kochen.

Riebele-Suppe. 125 Gramm Mehl, Salz, 1 kleines Ei.

Ei verquirlen, auf das Mehl verteilen, mit einer Gabel miſchen, mit der Hand verreiben, bis alles Mehl gebunden und die Maſſe bröſelig iſt. Einſtreuen und in der Brühe ¼ Stunde kochen laſſen.

Einlauf-Suppe. 2 Eßlöffel Mehl, 2 Eßlöffel Milch, 1 bis 2 Eier, Salz (Muskat), gehackte Peterſilie.

Die Zutaten zu einer dünnflüſſigen Maſſe zuſammenrühren und durch ein Sieb oder direkt in die kochende Brühe einlaufen laſſen. Macht man die Maſſe mit einer Zugabe von Mehl etwas dicker, ſo daß ſie gerade noch vom Löffel herunterfließen kann, ſo bilden ſich beim Einlaufen nudelartige Gebilde, die möglichſt gleichmäßig ſein ſollen.

Reis-Suppe.

Auf die Perſon 1 Eßlöffel Reis wird gut gewaſchen und dann blanſchiert, d. h. man brüht ihn zweimal mit kochendem Waſſer, das man abgießt, ſobald der Reis zu quellen beginnt. Dann langſam, ohne umzurühren, auf kleinem Feuer quellen laſſen, damit er ganz bleibt. Ein Stückchen Butter daran verhindert das Anhängen. Mit Fleiſchbrühe aufgießen.

Flädlein-Suppe (Württemberger Art). 125 Gramm Mehl, 1 Ei, Salz, ¼ Liter Milch, Muskat, Speck oder Backfett.

Mehl, Ei und Milch zu einem ganz glatten Teig anrühren, ſalzen und in heißer, mit Speck eingeriebener Pfanne oder mit Backfett recht dünne Pfannkuchen (Flädchen) backen. Man läßt ſie abkühlen, rollt ſie leicht und ſchneidet ganz feine Streifen, die man in klare, heiße Fleiſchbrühe gibt. Muskat und Schnittlauch darauf ſtreuen.

Ausgeſtochener Reis.

Wie bei Reisſuppe angegeben den Reis vorbereiten, nur dicker einkochen laſſen. Mit dem naſſen Löffel ausſtechen und die Brühe darüber anrichten.

Schwamm-Klößchen (Eierſtich, Royal-Suppe). 2 Eier, Salz, 4 Eßlöffel Milch, 1 Teelöffel gehackte Peterſilie.

Alle Zutaten in einer Schüſſel verquirlen, durch ein Sieb in eine mit Butter ausgeſtrichene enge Kaſtenform geben und im Waſſerbad feſt werden, aber nicht aufgehen laſſen. Nach dem Erkalten ſtürzen, in kleine Würfel ſchneiden, zur heißen Brühe geben.

Grieß-Klößchen (Nockerl). ¼ Liter Milch, 100 Gramm Grieß, 30 bis 40 Gramm Butter, 1 bis 2 Eier, Salz (Muskat).

In ¼ Liter Milch 1 Priſe Salz und 40 Gramm Butter geben und zum Kochen bringen. Langſam 100 Gramm Grieß einſtreuen und rühren, bis die Maſſe ſich löſt. Nach dem Abkühlen 1 bis 2 Eier nach und nach hineinarbeiten. Mit einem Teelöffel, den man immer wieder in heißes Waſſer taucht, ſticht man kleine Klößchen in die kochende Brühe und läßt ſie 10 Minuten kochen.

Butter-Klößchen (Nockerl). 40 bis 60 Gramm Butter, 2 Eßlöffel Mehl, 2 Eier, Salz.

Die Butter zu Schaum rühren, Eier, Salz dazu. Wenn die Maſſe glatt iſt, 2 gehäufte Eßlöffel Mehl dazurühren, mit einem Teelöffel Klößchen abſtechen, den Löffel in die kochende Brühe halten, bis das Klößchen von ſelbſt abfällt. Dies fortſetzen, bis der Teig verbraucht iſt. Die Klößchen noch 5 bis 6 Minuten zugedeckt langſam auf kleinem Feuer kochen laſſen.

Semmel-Klößchen (gezupfte Klößchen). 1 Semmel, 1 Ei, 30 bis 40 Gramm Butter, Salz, Muskat.

Von 1 Semmel zupft man das Weiche in eine Schüſſel, gibt die zerlaſſene Butter darüber, läßt etwas ſtehen und gibt dann das Ei mit etwas Salz und Muskat dazu, verrührt alles gut, ſticht Klößchen in die kochende Brühe und läßt 10 Minuten kochen.

Falſche Schildkröten-Eier (zur Mockturtle-Suppe). 3 Eier, 20 Gramm geriebener Käſe, Salz (Muskat).

Das Gelbe von 2 hartgekochten Eiern durch ein Sieb ſtreichen, mit einem rohen Eigelb, Salz (und nach Belieben etwas Muskat) und dem geriebenen Käſe vermiſchen, erbſengroße Kugeln mit der naſſen Hand formen und 5 Minuten in der kochenden Fleiſchbrühe ziehen laſſen.

Goldwürfel. 3 Semmeln, Salz, 2 Eier, Fett zum Ausbacken, 3 Löffel Milch.

Semmeln in kleine Würfel ſchneiden, Eier, Milch und Salz verquirlen, Würfel kurz darin weich werden laſſen, ſchwimmend in heißem Fett unter häufigem Umwenden backen, auf einem Seiher abtropfen laſſen und ganz kurz vor dem Anrichten in die Fleiſchbrühe geben.

Gebackene Mehlerbſen. (Grundrezept für Brandteig.) 1/16 Liter Waſſer, 20 Gr. Butter, 60 Gramm Mehl, 1½ bis 2 Eier, Fett zum Ausbacken.

Zum Brandteig gibt man Waſſer, Butter und Salz aufs Feuer. Wenn es kocht, alles Mehl auf einmal unter fortwährendem feſten Rühren zugeben, rühren, bis ſich die Maſſe von dem Topfe löſt (zirka 3 Minuten). Vom Feuer nehmen, die verquirlten Eier langſam darunter miſchen und abkühlen laſſen. Den Teig durch den Spätzleſeiher in heißes Fett geben und die ſich bildenden Erbſen goldbraun backen, in der Suppe oder in einer kleinen Schüſſel zur Suppe reichen. (Feſterer Brandteig zu Strauben und Windbeutel uſw. ſiehe bei Mehlſpeiſen.)

Profit-Klößchen oder -Püffchen.

Von Brandteig (Rezept vorſtehend) mit dem Teelöffel oder Spritzſack kleine Häufchen ſetzen, bei Mittelhitze backen und zur Suppe reichen.

Leber-Klößchen. 125 Gramm Kalbsleber, 1 Semmel, 1 Ei, 15 Gramm Butter, Salz, Pfeffer, 1 Zwiebel, Peterſilie.

Leber waſchen, häuten, fein ſchaben. Die in Milch geweichte, ausgedrückte Semmel, das Ei, Salz, die feingeſchnittene und in Butter geröſtete Zwiebel und etwas gehackte Peterſilie mit der Leber auf dem Feuer zu einem glatten Teig abrühren, Klößchen abſtechen, ins Waſſer halten, bis ſie abfallen. (Siehe Butterklößchen.)

Lebernocken. 100 Gramm Rindsleber, 20 Gramm Butter, 1 Zwiebel, 1 Ei, Salz, gehackte Peterſilie, Semmelbröſel nach Bedarf.

Leber waſchen, häuten, ſchaben oder zweimal durch die Fleiſchmaſchine geben. Zwiebel und Peterſilie fein wiegen und mit Fett anröſten, mit der Leber vermiſchen. Butter ſchaumig rühren, Ei, Leber und Bröſel dazu, würzen, feſt verrühren und durch den Spatzenſeiher in die kochende Brühe geben, in 10 Minuten gar werden laſſen. Zu Leberſpätzeln wird die Leber in einen Spätzelteig gegeben und wie Lebernocken behandelt.

Leber-Reis.

Teig wie zu Lebernocken (Rezept vorſtehend), durch ein umgedrehtes Reibeiſen in die Brühe laufen laſſen.

Mark-Klößchen (pfälziſch). 60 Gramm Ochſenmark (2 bis 3 Eßlöffel), 1 bis
1½ Ei, Semmelbröſel, Salz, Muskat, 1 Löffel gehackte Peterſilie.

Man gibt das ausgewaſchene Mark durch ein Haarſieb, fügt das Ei, Salz, Muskat und Peterſilie ſowie das Semmelmehl dazu und verarbeitet die Maſſe gut mit einer Gabel, formt ein Probeklößchen und gibt es in die kochende Brühe, probiert, ob es nicht zu weich oder zu feſt iſt. In erſterem Falle etwas mehr Semmelmehl oder auch ein Eiweiß zugeben. Iſt es zu feſt, gibt man ein kleines Stück Butter zur Maſſe. Man läßt die Klößchen 10 Minuten langſam in der ſiedenden Brühe ziehen. (Sehr gut auch zu Königin- oder Grünkernmehlſuppe.)

Schinken-Klößchen. 60 bis 80 Gr. Schinken oder Rauchfleiſch, ⅛ Liter kochende
Milch, 1 kleine Zwiebel, 4 Semmeln, Peterſilie, Salz, 1 bis 2 Eier.

Semmeln in Milch weich werden laſſen und mit Ei miſchen, dann Schinken, Peterſilie, Zwiebel fein gewiegt dazu, würzen, probieren. Wenn zu weich, Semmelbröſel zugeben. Klößchen formen. In Salzwaſſer 15 bis 20 Minuten kochen laſſen.

Gemüſeſuppen

Vormerkung.

Gemüſeſuppen laſſen ſich als klare Suppen mit dem Gemüſe als Einlage oder in Form von mehr oder weniger gebundenen Suppen herſtellen. Im erſteren Falle ſind ſie weniger ſätigend, aber feiner. Eine gebundene nahrhaft zubereitete Gemüſeſuppe kann mit oder ohne Zugabe von Würſtchen oder Rauchfleiſch als geſundes und ſättigendes Alleingericht an Tagen gegeben werden, wo beſondere Arbeiten wie Wäſche, Stöbern oder andere Arbeiten wenig Zeit zum Kochen laſſen. Wenn die Suppe gut vorbereitet iſt, bedarf ſie, da ſie auf kleinem Feuer (Asbeſtteller) kochen ſoll, kaum der Beaufſichtigung und nur kurze Zeit zur Fertigbereitung.

Suppe von getrockneten Erbſen, Linſen und anderen Hülſenfrüchten wird ohne Salz gekocht, das man zugibt, wenn ſie gar iſt, da die Hülſenfrüchte ſonſt länger zum Weichwerden brauchen. Natron oder Soda zum Abkürzen der Kochdauer beizugeben, iſt unbedingt zu verwerfen; ſie zerſtören wertvolle Beſtandteile der Nährſtoffe.

a) Suppen von friſchen Gemüſen:

Die Gemüſe ſollen ſo friſch und jung als möglich ſein und aus richtig gedüngtem Boden ſtammen. Größte Sorgfalt beim Waſchen und Putzen (Abſuchen nach Schnecken und Raupen, kurzes Einlegen in kaltes Salzwaſſer, damit kleine Tiere und Unreinlichkeiten aus dem Gemüſe austreten) iſt unerläßlich! Die Abfälle laſſen ſich oft ſehr gut anderweitig verwerten. So geben friſche und getrocknete Erbſenſchoten, Tomaten und Spargelſchalen, Gemüſeſtrünke, etwas holzige Spargelſtückchen u. a. eine gute Zugabe zu jeder Suppenbrühe. Die Schalen laſſen ſich getrocknet in Säckchen luftig aufbewahren.

Je nach Art der zur Suppe verwendeten Gemüſe werden dieſe nach dem Waſchen und Putzen geſchnitten. Von einem Blumenkohl z. B. löſt man einzelne, möglichſt gleichmäßig große Röschen ab, zu große teilt man; Spargel ſchneidet man in 2 bis 3 Zentimeter lange Streifen, Erbſen werden ausgebrockelt, Karotten, Sellerie, Kohlrabi, kleine Rüben mit dem Bundmeſſer, alles übrige Gemüſe mit dem Küchenmeſſer in gleichmäßig lange und feine Streifen geſchnitten. Tomaten werden roh oder nach vorherigem kurzen Dünſten oder Abkochen durch ein feines Sieb in die Suppe gegeben.

Julienne.

Die verſchiedenſten Gemüſe wie oben beſchrieben vorbereiten, in Salzwaſſer oder Suppenbrühe gar kochen und anrichten. Verwendet man getrocknete Julienne, ſo nimmt man zirka 40 Gramm und kocht ſie nach vorherigem Einweichen mit dem Einweichwaſſer gar.

Spargel-, Blumenkohl-, Erbſen-, Sellerie-, Lauch-, Pilz-Suppe.

Zu jeder dieſer Suppen wird das betreffende Gemüſe nach Vorſchrift vorbereitet, in Salzwaſſer oder Suppenbrühe weichgekocht und in der klaren Brühe angerichtet.

Oder man dämpft das vorbereitete Gemüſe in 50 Gramm Butter, ſtaubt 80 bis 100 Gramm Mehl darüber und füllt mit Salzwaſſer oder Suppenbrühe auf. Man gibt nach Belieben geröſtete Semmelwürfel oder auch eine Einlage von 50 Gramm vorgekochtem Reis dazu.

Oder man ſtreicht die fertige Suppe durch ein Sieb und gibt geröſtete Semmelwürfel dazu.

Mineſtra (Italieniſche Nationalſuppe). Zu gleichen Teilen (2 zu 3): Weiße Rüben, Karotten, Lauchſtengel, Bohnen, 50 Gramm Butter, 50 Gramm grüne Erbſen, 50 Gramm weiße getrocknete Bohnen, 50 Gramm grüne Bohnen, 100 Gramm Reis oder Rollgerſte, 3 Kartoffeln, das Innere eines Weißkrautkopfes, 1 Zwiebel.

Zwiebel und Lauch zuerſt, dann die übrigen Gemüſe in oben erwähnter Weiſe vorbereiten, in Butter dünſten. Dazu kommt der gut gewaſchene Reis (Karolinenreis) und 2½ bis 3 Liter Brühe oder Salzwaſſer. Alles langſam dämpfen. Nach Geſchmack etwas Knoblauch und Baſilikumkraut daran geben.

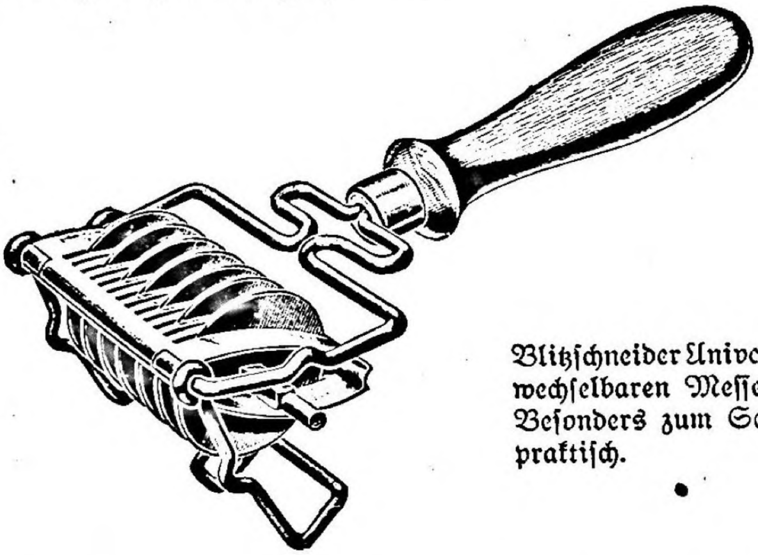
Kerbel- oder Sauerampfer-Suppe.

1 gute Hand voll Kerbel (Kräuter) oder auch Sauerampfer ausleſen, waſchen, fein wiegen. Eine helle Einbrenne von 20 Gramm Fett und 1 kleinen fein geſchnittenen Zwiebel und 40 Gramm Mehl herſtellen, die rohen Kräuter mit etwas Salz kurz darin durchdünſten laſſen, auffüllen mit Brühe, abſchmecken. Zum Verbeſſern: Rahm oder Milch, Maggiwürze; als Einlage geröſtete Semmelwürfel.

Peterſilien-Suppe (wie Kerbelſuppe, Rezept vorſtehend).

Spinat-, Wirſing-, Endivien-, Gelbe Rüben-, Kohlrabi-Suppe. 20 Gramm Fett, ½ Teelöffel Zwiebeln, 40 Gramm Mehl, Rahm, Milch, ¼ Kilo Spinat oder 1 kleiner Kopf Wirſing oder Salat oder 4 Gelbe Rüben oder 2 Kohlrabi.

Man ſchneidet zu all dieſen Suppen, die auf gleiche Art zubereitet werden, die gut gewaſchenen Gemüſe in feine Streifen oder Stifte, mit Ausnahme von Spinat, den man etwas zerkleinert, dünſtet dieſe in Fett an, füllt mit Salz- oder Gemüſewaſſer auf, läßt durchkochen und ſchmeckt ab. Zum Verbeſſern Rahm oder Milch, Schnittlauch, Peterſilie.



Blitzſchneider Univerſal, die beſte Schneiderolle mit auswechſelbaren Meſſern, ſtabil gebaut, raſch arbeitend. Beſonders zum Schneiden von Wurz-Kräutern ſehr praktiſch.

Tomaten-Suppe. 250 Gramm Tomaten, Salz, 20 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, ½ Teelöffel Zwiebeln, Peterſilie (Rahm).

In dem Fett Zwiebeln anröſten, die gewaſchenen und in Stücke gebrochenen Tomaten mitdämpfen, mit Mehl ſtauben, mit Salzwaſſer, Gemüſe- oder Suppenbrühe auffüllen, durchkochen und durchſeihen. (Verbeſſern mit Rahm.)

Andere Art:

Helle Einbrenne herſtellen, dann erſt Tomaten dazu und auffüllen. Oder auch Reiseinlage geben. (Einen Teil der Tomaten roh paſſiert zugeben.)

Kartoffel-Suppe auf Pfälzer Art. 750 Gramm Kartoffeln, Suppengrün, 1 Zwiebel, 20 Gramm Fett, Salz (Muskat), Schnittlauch, 40 Gramm Mehl, ſaurer Rahm, Peterſilie.

Die Kartoffeln mit viel Suppengrün, beſonders Sellerie und Lauch, und wenn die Jahreszeit es erlaubt, Tomaten, Erbſen, in Stücke geſchnitten, in Salzwaſſer weichkochen. Dann alles durch ein Sieb ſtreichen. Mit Fett, Zwiebeln und Mehl eine helle Einbrenne herſtellen, dieſe mit Waſſer oder Brühe auffüllen, bis ſie dünnflüſſig iſt. Die paſſierte Suppe mit der Einbrenne noch einmal gut durchkochen und mit verquirltem ſaurem Rahm, etwas Maggiwürze und fein geſchnittenem Schnittlauch (Peterſilie) zu Tiſch geben.

Andere Art:

Wurzelwerk und Zwiebel in Fett andünſten, die in Scheiben oder Würfel geſchnittenen Kartoffeln dazu, auffüllen und gar kochen, durch ein Sieb geben, verdünnen, wie oben abſchmecken.

Suppe von gekochten Kartoffeln. 750 Gramm gekochte Kartoffeln, 30 Gramm Fett, 1 Zwiebel, Peterſilie, ſaurer Rahm.

Die Zwiebel in Fett andämpfen und die geſchälten und geriebenen Kartoffeln mitdämpfen, ablöſchen, durchkochen, durch ein Sieb ſtreichen und nochmals aufkochen. Sauren Rahm und geröſtete Semmelwürfel dazu.

Suppe von Frühlingskräutern. Kerbel, Sauerampfer, Schnittlauch, Peterſilie, junger Spinat, einige Blätter von Erdbeeren und Brenneſſeln, Schafgarben- und Gänſeblümchen, Löwenzahn und Eſtragon, zuſammen etwa 2 Hände voll, 40 Gramm Butter, 2 Eßlöffel Rahm oder Milch, 10 Gramm Mehl, Semmelwürfel.

Die Kräuter (man kann auch eines oder das andere weglaſſen) gut waſchen, fein wiegen, in Butter kurz dämpfen, damit Farbe erhalten bleibt, Mehl mitdämpfen, ablöſchen. ½ Stunde kochen, mit Ei und Rahm (nach Belieben) abziehen. Semmelwürfel beigeben.

Suppe aus fertigen Suppenwürfeln. (Grundrezept.)

1 Suppenwürfel (für 2 Teller Suppe) zerdrücken, in kaltem Waſſer zu einem dünnflüſſigen Brei anrühren und in ½ Liter ſtark kochendes Waſſer gießen, ohne Salz oder Fleiſchbrühe zuzufügen, da die Suppe ſonſt zu ſcharf würde. Nach dem Wiederaufkochen bei kleinem Feuer 15 bis 20 Minuten kochen laſſen. Dann noch ¾ Liter Waſſer nachgießen und noch einmal gut durchkochen.

Andere Art:

Das zerdrückte Suppenwürfelmehl in etwas Fett anröſten, mit Waſſer ſoweit auffüllen, daß die Suppe noch ziemlich dicklich iſt, dann fertig machen wie oben.

Gebundene Suppen mit Waſſer oder Fleiſchbrühe.

Hierzu gehören eigentlich alle Suppen, die nicht aus einer klaren Brühe mit oder ohne Einlage beſtehen, ſondern durch die Einlage beim Verkochen oder durch Zuſatz von Mehl undurchſichtig und ſämig werden. Der beſſeren Überſicht wegen wurden auch gebundene Fleiſch- und Gemüſe-Suppen unter die in Fleiſch- und Gemüſe-Suppen eingeteilten klaren Suppen eingeordnet.

Schleim-Suppen.

Beſonders in der Kranken- und Kinderkoſt ſpielen Schleimſuppen eine bedeutende Rolle. Aber auch für den geſunden erwachſenen Menſchen ſind ſie eine außerordentlich nahrhafte und ſättigende, auch als Hauptgericht zu verwendende Speiſe. Außer den in Betracht kommenden Getreidearten, die enthülſt und gereinigt im Handel ſind, gelten noch die in Form von „Flocken“ erhältlichen Getreideerzeugniſſe als beſonders empfehlenswert. Sie brauchen erheblich weniger Kochzeit und verkochen ſtärker, ſo daß ſie mit der Grütze gegeſſen werden können. Dieſe aber iſt für die Verdauung wertvoll. Für Kranke und Säuglinge eignen ſich in der Regel aber nur durchgeſeihte Schleimſuppen. Es empfiehlt ſich immer, die für Schleimſuppen und „Grütze“ verwendeten Getreidearten vorher einzuweichen und das Einweichwaſſer zum Kochen mit zu verwenden.

Schleimſuppe (Grundrezept). 80 Gramm Hafer-, Gerſten- oder Reisflocken oder 80 Gramm Gerſte, Graupen oder Reis, 1½ Liter Waſſer, Salz, Rahm oder Milch, 20 Gramm Butter.

Die Einlage kurz waſchen (einweichen), mit kaltem Waſſer aufſetzen, ganz langſam bei kleinem Feuer (Turmkocher oder Patenttopf) ſchleimig kochen laſſen. Eventuell durch Sieb ſtreichen, Milch, Butter, Salz, Schnittlauch, Ei und Rahm nach Geſchmack und Art der Verwendung darangeben und anrichten. (Geſchmack verbeſſern durch Zugabe von rohem Tomatenſaft.)

Reis-Suppe. 80 Gramm Reis, 1½ Liter Fleiſch- oder Wurzelbrühe, 20 Gramm Butter (Eigelb, Rahm).

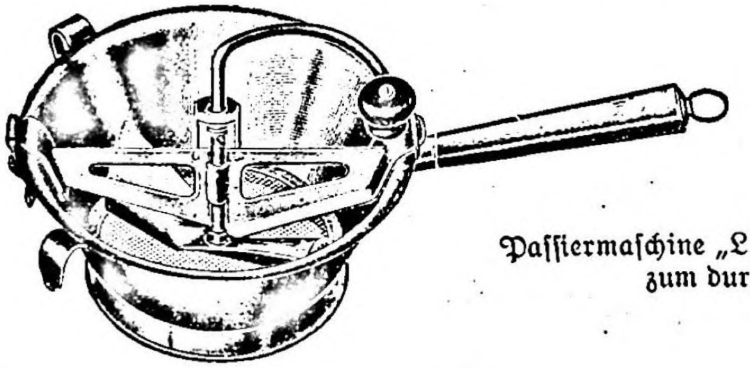
Reis verleſen, waſchen, in der Butter kurz dämpfen, ablöſchen und langſam, ohne zu rühren, weich kochen. Nach Belieben verbeſſern und abſchmecken. Eine Zugabe von übriger verdünnter Tomatenſoße, Erbſenſuppe oder -püree macht den Geſchmack der Suppe abwechſlungsreich.

Grünkernmehl-Suppe. 80 Gramm Grünkernmehl, 1½ Liter Brühe, Salz, (Eigelb, Rahm).

Das Grünkernmehl mit kaltem Waſſer zu einem dünnen Teiglein anrühren, dieſes in die kochende Brühe einlaufen und 20 Minuten kochen laſſen. Salzen nach Belieben, 1 Eigelb, Rahm, Schnittlauch daran geben. Als Beigabe oder Einlage eignen ſich vorzüglich Markklößchen.

Gerſten-Suppe.

Gleiche Zubereitung wie Grünkernmehl-Suppe (Rezept vorſtehend).



Paſſiermaſchine „Lottchen“
zum durchpaſſieren der gebundenen Suppen

Hafermehl-Suppe.

Gleiche Zubereitung wie Grünkernmehl-Suppe.

Grieß-Suppe. 80 Gramm Grieß, 1½ Liter Brühe, Salz (1 Eigelb, Rahm).

Den Grieß langſam in die kochende Brühe einlaufen und mit derſelben ¼ Stunde kochen laſſen. Abſchmecken uſw., verbeſſern.

Waſſerſuppen, Wein-, Bier- und Obſtſuppen

Alle Waſſerſuppen ſchmecken beſſer, wenn ſtatt Waſſer Wurzelbrühe verwendet wird. Zugabe von Ei, Rahm verbeſſert ſie.

Brot-Suppe. 200 bis 250 Gramm Schwarzbrot, Salz, Rahm, Suppengrün (Tomaten), 1½ Liter Waſſer.

Brot in kleine Stücke ſchneiden, Suppengrün waſchen, putzen, zerkleinern. Alles mit Waſſer zuſetzen und kochen, bis das Gemüſe weich iſt. Durch ein Sieb ſtreichen, würzen, noch einmal aufkochen, mit Rahm abſchmecken.

Brot-Suppe auf andere Art. 200 bis 250 Gramm Schwarzbrot, 10 bis 20 Gr. Mehl, 1 kleine Zwiebel, Salz, Rahm, 20 Gramm Butter, Suppengrün.

Das Brot fein ſchneiden, im Ofen röſten. Zwiebel in Butter hellbraun röſten, Mehl zugeben und mit dem Brot und dem zerkleinerten Suppengrün in Waſſer weichkochen laſſen. Durchſtreichen, abſchmecken. Nach Geſchmack in Butter goldbraun geröſtete Zwiebeln oder Semmelwürfel über die fertige Suppe geben. Als Beigabe heißgemachte Würſtchen.

Panaden-Suppe. 2 bis 3 Semmeln oder 1 kleiner Teller Weiß- und Schwarzbrot, 20 Gramm Butter, Salz, Rahm oder Milch, Schnittlauch.

Altbackene Brötchen oder Brot werden in Scheiben geſchnitten, mit Butter, Waſſer und Salz aufgeſetzt und ¼ Stunde gekocht. Man richtet die Suppe (eventuell durchgetrieben) über Rahm und Schnittlauch an.

Semmelmehl-Suppe. 6 Eßlöffel Semmelmehl in 60 Gramm Butter anröſten. Weiter verfahren wie bei Panadenſuppe (Rezept vorſtehend).

Geröſtete Grieß-Suppe. 80 Gramm Grieß (Suppengrün), 40 Gramm Butterſchmalz (Fett), Salz (Eigelb, Rahm).

Grieß in heißem Fett gelb oder braun röſten, das in Stifte geſchnittene Suppengrün mit anröſten, ablöſchen, ſalzen, garkochen. Auch ohne Suppengrün herzuſtellen. Über Ei und Rahm anrichten.

Gebrannte Mehl-Suppe (Brenn-Suppe). 80 Gramm Mehl, Salz, 40 Gramm Butterſchmalz (Fett), ½ Zwiebel.

Das Mehl in Butter oder beſſer in Schmalz (das nicht ſo ſchnell bräunt) hell röſten, Zwiebel noch etwas mitröſten, bis ſie weich iſt. Mit kaltem Waſſer auffüllen, ſalzen, ganz glatt rühren und durchgeſeiht oder mit den fein geſchnittenen Zwiebeln anrichten.

Gebrannte Einlauf-Suppe (braune Eiergerſte). 60 Gramm Mehl, 1 Ei, Salz, 40 Gramm Butterſchmalz (Fett), Peterſilie, Muskat.

Das Mehl in heißem Fett hellbraun röſten. Ei in einer Taſſe Waſſer verquirlen und damit das Mehl ablöſchen, Waſſer zugeben und 10 Minuten kochen. Salzen, Muskat und gewiegte Peterſilie oder Schnittlauch darüber geben.

Helle Eiergerſte bereitet man ebenſo, nur wird das Mehl heller geröſtet.

Zwiebel-Suppe. 50 Gramm Fett, 1½ Liter Waſſer oder Brühe, 50 Gramm Mehl, 2 Zwiebeln, Salz (Rahm).

Aus Fett, 2 mittleren feingeſchnittenen Zwiebeln und Mehl je nach Geſchmack eine helle, mittlere oder braune Einbrenne herſtellen, mit Waſſer oder Suppenbrühe aufgießen, gut durchkochen, abſchmecken. Man kann auch die Zwiebeln grob ſchneiden und Wurzelwerk mitkochen. Dann wird die Suppe durch ein Sieb angerichtet. Nach Belieben Ei, Rahm, Muskat, Schnittlauch und Maggiwürze zum Verbeſſern.

Suppen von getrockneten Erbſen. 100 bis 125 Gramm getrocknete grüne oder gelbe Erbſen.

Erbſen verleſen, waſchen, am Abend vorher einweichen. Man kocht ſie mit dem Einweichwaſſer und fügt nach Belieben Suppengrün bei. Währenddeſſen läßt man Zwiebeln, Peterſilie und dann das Mehl in Fett gelb dünſten, löſcht mit Waſſer- oder Suppenbrühe ab, fügt die Einbrenne zu der durchgetriebenen Suppe und läßt noch einmal aufkochen. Man richtet ſie über geröſteten Brotwürfeln an oder gibt geröſtete Zwiebeln darüber.

Erbſenſuppe mit Würſtchen (Eintopfgericht.)

Man bereitet die Suppe wie im vorhergehenden Rezept, gibt nebenbei in Salzwaſſer gekochte, in kleine gleichmäßige Würfelchen geſchnittene Kartoffeln hinein und als Beigabe heißgemachte Würſtchen oder in Scheiben oder Stifte geſchnittenes Rauchfleiſch.

Linſen-Suppe. 180 bis 200 Gramm Linſen, Salz, Eſſig, 30 Gramm Fett, ½ Teelöffel Zwiebeln, 50 Gramm Mehl, Suppengrün.

Die am Abend vorher verleſenen, gewaſchenen Linſen werden mit friſchem Waſſer aufgeſtellt und zum Kochen gebracht. Das erſte Waſſer abſchütten, noch einmal friſches heißes Waſſer darüber, nach Belieben Suppengrün dazu, kochen bis alles gar iſt. Von Fett, Zwiebeln und Mehl braune Einbrenne herſtellen, mit kaltem Waſſer ablöſchen, mit der Suppe miſchen und aufkochen laſſen. Man kann die Linſen auch durch ein Sieb ſtreichen. Als Zugabe heiße Würſtchen oder in Streifen geſchnittenes gekochtes Rauchfleiſch, etwas Eſſig zur Verbeſſerung des Geſchmackes.

Bohnen-Suppe.

Mit weißen Bohnen und einer weißen Einbrenne hergeſtellt. Geröſtete Speckwürfelchen oder geröſtete Zwiebeln dazu.

Quark-Suppe. 2 Eßlöffel Butter, ½ Teelöffel Zwiebeln, 2 Eßlöffel Mehl, 1 Liter Milch, 1 Taſſe Quark (Topfen), Peterſilie, Salz, Pfeffer.

In Butter Zwiebeln, dann Mehl hell dünſten, Milch einrühren und aufkochen laſſen. Käſe würzen, durch ein feines Sieb geben, in die Milch rühren. Zuſammen heiß werden laſſen, mit Peterſilie beſtreuen und auftragen.

(Weitere Suppen ſiehe unter Kapitel „Neuzeitliche fleiſchloſe Küche".)

Süße Suppen.

Kirſch-Suppe. ½ Kilo Kirſchen, 20 Gramm Stärkemehl, ¾ Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Zucker, ½ Zitronenſchale, ½ Flaſche Rotwein.

Dreiviertel der Kirſchen (kleine fleiſchige) waſchen, ausſteinen und mit ¾ Liter Waſſer, ½ Zitronenſchale und etwas ganzem Zimt zirka 10 Minuten kochen laſſen. Die Suppe durch ein Sieb ſtreichen, das in kaltem Waſſer angerührte Stärkemehl, den Zucker und die zurückbehaltenen Kirſchen dazugeben und noch 5 Minuten kochen laſſen. In ½ Flaſche leichtem Rotwein einen Teil der aufgeklopften Kirſchſteine ausziehen laſſen, den durchgeſeihten Wein zur Suppe geben. Zugabe Löffelbiskuits.

Suppen von Äpfeln, Birnen oder Beerenfrüchten. ½ Kilo Früchte, Zucker nach Geſchmack, ¼ Liter Weißwein (Zitronenſaft und Schale), Waſſer, 100 Gramm Grieß, Sago, Reis, Haferflocken.

Die vorbereiteten Früchte in dem mit Wein vermiſchten Waſſer weichkochen und durch ein Sieb ſtreichen. Würzen, und wenn die Suppe kocht, 100 Gramm Grieß oder Sago hinein und auf kleinem Feuer gar werden laſſen. Mit ſüßen Grießklößchen oder geröſteten Semmelwürfeln warm oder kalt ſervieren.

Aprikoſen-Suppe. 6 Aprikoſen, Zimt, Zwieback, Zitrone, ¼ Liter Weißwein, 2 Eigelb, 100 Gramm Zucker, ¾ Liter Waſſer.

Die reifen, fleiſchigen Aprikoſen brühen, häuten, teilen, 2 Stück zu Einlage zurücklegen. Die übrigen (mit den Schalen) mit ½ Liter Waſſer, etwas Wein und 4 Eßlöffel Zucker, 1 Zwieback, einem Stückchen Zimt und Zitronenſchale weichkochen und durch ein Sieb ſtreichen. Unterdeſſen werden die zurückgelaſſenen Aprikoſen in 30 Gramm Zucker und etwas Wein gedämpft und zuletzt die Suppe darüber angerichtet. Dieſe Suppe eignet ſich auch als Kaltſchale.

Wein-Suppe. ½ Liter Wein (Obſtwein), Zimt, Zitronenſchale, ½ Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Stärkemehl, 30 Gramm Butter, 2 bis 3 Eigelb, Zucker.

Mehl mit kaltem Waſſer anrühren, Eigelb, Wein, Zucker nach Geſchmack, Butter und ein Stückchen Zimt dazu. Alles zuſammen auf dem Feuer mit dem Schneebeſen ſchlagen, bis es anfängt zu kochen. Dann zurückziehen. Statt Waſſer und Weißwein kann man auch 1 Liter Apfelwein nehmen.

Wein-Suppe (andere Art). ¾ Liter Wein, 1 Teller geriebenes Schwarzbrot, ½ Liter Waſſer, 20 Gramm Mehl, 40 Gramm Butter, Zucker, 60 Gramm Roſinen.

In der heißen Butter das geriebene Schwarzbrot und das Mehl hellbraun röſten, mit Waſſer ablöſchen, Zucker und Wein dazu und alles durchkochen laſſen. Zuletzt die gewaſchenen Roſinen zugeben und kurz mitkochen laſſen.

Bier-Suppe. 40 Gramm Mehl, 40 Gramm Zucker, 40 Gramm Butter, Zimt, Zitronenſchale, 1 Liter Bier, Salz, Eigelb, Semmel.

Mehl braun röſten, mit Bier ablöſchen, würzen, durchkochen und mit Eigelb abziehen. Zimt und Zitronenſchale herausnehmen und über gebähten Semmelſchnitten anrichten.

Weißbier-Suppe. 1 Liter Weißbier, Zitronenſchale, Zimt, 60 Gramm Zucker, 2 bis 3 Eigelb, Rahm, 1 Nelke, 1 Teelöffel Stärkemehl.

Weißbier mit Zucker, Nelke, Zitronenſchale und Zimt aufkochen. Eigelb und Stärkemehl mit Rahm verquirlen und in das Bier geben. Noch einmal aufkochen und über Zwieback anrichten.

Einfache Milch-Suppe. 1½ Liter Milch, Salz, 2 Eßlöffel Kartoffelmehl, Zimt, 2 bis 3 Eßlöffel Zucker.

Milch (eventuell mit etwas Waſſer gemiſcht) zum Kochen bringen. Kartoffelmehl mit etwas zurückbehaltener kalter Milch verrühren, Zucker und eine Priſe Salz dazu geben, in die Milch einrühren und durchkochen laſſen. Zuletzt etwas geſtoßenen Zimt zugeben.

Feine Milch-Suppe. 1½ Liter Milch, Zitronenſchale, 2 Eßlöffel Kartoffelmehl, 2 Eigelb, 2 Eiweiß, Zucker, Salz.

Alle Zutaten, außer dem Eiweiß, kalt zuſammengeben, mit dem Schneebeſen bis zum Kochpunkt auf dem Feuer ſchlagen, in die Suppenſchüſſel geben, von dem zu Schnee geſchlagenen Eiweiß kleine Klößchen abſtechen und mit Zucker und Zimt beſtreuen.

Kaltſchalen

(Werden an Stelle von Suppen dem Speiſezettel eingefügt.)

Kaltſchale von Buttermilch. 125 Gramm Pumpernickel, 1 Liter Buttermilch, 125 Gramm Zucker, ½ Liter Milch.

Pumpernickel reiben, mit 1 Eßlöffel Zucker röſten, kalt ſtellen. Milch und Buttermilch mit dem Schneebeſen zuſammen zu Schaum ſchlagen. Zucker und Pumpernickel daruntermiſchen und kalt ſtellen.

Zitronen-Kaltſchale. 1 Zitrone, 180 Gramm Zucker, ½ Liter Waſſer, 2 bis 3 Eigelb, ½ Liter Weißwein, 1 Eßlöffel Stärkemehl.

Alle Zutaten mit dem Schneebeſen auf dem Feuer rühren, bis die Maſſe einmal aufgekocht hat. Kalt ſtellen und kurz vor dem Auftragen mit Makronen oder Biskuit belegen.

Apfelſinen-Kaltſchale. 2 Apfelſinen, 125 Gramm Reis, 125 Gramm Zucker, ½ Liter Waſſer, 1 Flaſche Weißwein.

Reis waſchen, mit kochendem Waſſer überbrühen, auf einem Sieb abtropfen laſſen. In eine Suppenſchüſſel lagenweiſe Reis, Zucker und in ganz feine Scheiben geſchnittene Apfelſinen geben und den Wein darüber ſchütten. (Nach Belieben etwas Schale dazu.) Recht kalt ſtellen.

Erdbeer-Kaltſchale. ½ Kilo Erdbeeren, ½ Liter Wein oder 1 Liter Apfelſaft oder 1 Liter rohe Milch, 200 Gramm Zucker, ½ Liter Waſſer.

Die Hälfte der Erdbeeren durch ein Sieb geben; mit Zucker, Wein und Waſſer vermiſchen. Die andere Hälfte mit Biskuit oder Makronen in eine Glasſchale einlegen, die paſſierten Beeren darüber gießen und kalt ſtellen.

Himbeer-Kaltſchale.

Wie Erdbeerkaltſchale zubereiten (Rezept vorſtehend).

Pfirſich-Kaltſchale.

Wie Erdbeerkaltſchale. Ein Eßlöffel Kirſchwaſſer dazugeben.

Apfel-Kaltſchale.

Säuerliche Äpfel ſchälen, zerſchneiden, mit Zucker und 1 Stückchen Zitronenſchale weichkochen, durch ein Sieb ſtreichen. Das erkaltete Mus mit Moſelwein oder Apfelwein verdünnen und über Biskuit oder Makronen anrichten.

Kaltſchale von gemiſchten Früchten.

Ungefähr ½ Kilo verſchiedenerlei Früchte, wie in Scheiben geſchnittene Ananas, geſchälte, fein geſchnittene Pfirſiche, allerlei Beeren (außer Schwarzbeeren) in eine Schale geben. Eine Flaſche Wein mit einem Stückchen ganzen Zimt und 300 Gramm Zucker aufkochen und mit ¼ Kilo durchgeſtrichenen Erdbeeren vermiſchen, über die Früchte geben und recht kalt ſtellen.

Andere Art: ½ Liter Obſtwein, Zucker nach Geſchmack, ¼ Liter Waſſer, 500 bis 750 Gramm Früchte, ¼ Liter ſüßen Rahm. 2 Eßlöffel geriebene Haſelnußkerne.

Wein, Rahm und Zucker gut verrühren, Früchte wie oben vorrichten, Flüſſigkeit darüber, Haſelnüſſe obenauf ſtreuen.

Dritte Art: 375 Gramm Obſt, 40 bis 50 Gramm Zucker, ¾ Liter Waſſer, ¼ geriebene Zitronenſchale, 1 Eßlöffel Kartoffelmehl.

Beliebige Früchte in Waſſer weichkochen, Zucker und Zitronenſchale dazu. Das in kaltem Waſſer gut verrührte Kartoffelmehl in die kochende Flüſſigkeit rühren. Kalt ſtellen.

Milch-Kaltſchale. 1 Liter Milch, 1 Eßlöffel Kartoffelmehl, 3 Eßlöffel Zucker, 1 Meſſerſpitze Zimt, 2 Eigelb, 1 Eßlöffel Zitronenſaft.

¾ Liter Milch mit den Gewürzen aufkochen laſſen, die Eigelb mit dem Reſt der Milch und dem Kartoffelmehl verquirlen und durch ein Sieb in die kochende Milch geben. Kochen laſſen, bis die Suppe ſämig iſt. Unter öfterem Umrühren erkalten laſſen.

Dreifrucht-Kaltſchale. 2 Äpfel, 3 Orangen, 3 Bananen, 50 Gramm Rohrzucker, ¼ Liter Apfelwein.

Zucker und Wein werden zu einem dünnen Sirup gekocht, erkaltet über die Früchte gegeben, dieſe in eine Glasſchale lagenweiſe eingerichtet, die Äpfel mit den Schalen in kleine Schnitze geſchnitten und mit Sirup übergoſſen. Je nach der Jahreszeit kann die Kaltſchale aus anderen Früchten wie Kirſchen, Erdbeeren, Johannisbeeren zuſammengeſtellt werden.

Johannisbeer-Himbeer-Kaltſchale. ¾ Kilo Beeren, 150 Gramm Zucker, ½ Liter Waſſer.

Man bereitet einen friſchen ungekochten Beerenſirup, indem man die Beeren in einer Glasſchale mit Zucker zerdrückt und Waſſer darüber gibt; dies läßt man 2 Stunden ſtehen. Man ſeiht dieſen Sirup über ½ Kilo ſchöne Johannis- oder Himbeeren, reicht Rahm und Flocken dazu.

Heidelbeeren mit Zucker und Rahm. ¾ Kilo Heidelbeeren, 150 Gramm Zucker, ¼ Liter ſüßen Rahm.

Die Heidelbeeren werden gewaſchen, getrocknet und gezuckert in eine Glasſchale gegeben und durchgeſchüttelt, man reicht dazu ſüßen kalten Rahm. Erdbeeren, Johannisbeeren und Himbeeren werden auf dieſelbe Art bereitet.

Bananen-Pfirſich-Kaltſchale. ½ Kilo Pfirſich, ½ Kilo Bananen, 100 Gramm Zucker, 1 Zitrone, ½ Liter Apfelſaft.

Man ſchneidet einige Pfirſiche in kleine Scheiben, legt ſie lagenweiſe mit Bananen, ebenfalls in kleine Scheibchen geſchnitten, und Zucker in eine Glasſchüſſel, übergießt ſie mit Zitronenſaft, dann mit Apfelſaft und läßt ſie 1 Stunde ſtehen.

Bananenſchaum mit Rahm. 8 Bananen, ½ Liter ſüßen Rahm, 1 Zitrone.

Man zerdrückt mit einer Silbergabel die Bananen, gibt Zitronenſaft darüber, ſchmeckt die Maſſe gut ab, gibt nach und nach den Rahm dazu und richtet den Schaum bergartig in eine Glasſchüſſel. Man beſtreut die Speiſe mit geriebenen Nüſſen.

Kirſchen-Kaltſchale. ½ Kilo Schwarzkirſchen, ¼ Kilo Sauerkirſchen, ¼ Liter Rahm, 200 Gramm Zucker und Nüſſe.

Die Kirſchen werden entſteint durch die Maſchine gegeben, mit dem Rahm geſchlagen, bis ſie dick ſind. Mit Nüſſen beſtreut, mit Nährzwieback ſerviert.

Beachtenswerte Winke für die Bereitung von Kaltſchalen.

Kaltſchale iſt eine kompottartige Speiſe, die aus friſchen ungekochten Früchten bereitet wird. Ihre Zuſammenſtellung iſt ganz verſchieden. Man kann ſie aus einer oder mehreren Sorten Früchte bereiten. Die hierzu zu verwendende Flüſſigkeit kann aus gekochtem Sirup beſtehen (Waſſer und Rohrzucker) oder alkoholfreiem Wein. Dies wird erkaltet über die zerkleinerten Früchte gegeben, die man darin von 10 Minuten an bis zu 1 Stunde ziehen läßt. Oder man bereitet einen Teil der Früchte mit etwas Waſſer und Zucker zu Sirup, läßt ihn ſtehen, erhitzt ihn bis zum Kochen und übergießt damit die Früchte. Im anderen Fall nimmt man Rahm oder Milch mit Apfel- oder Traubenſaft zu gleichen Teilen, ſchlägt die beiden Flüſſigkeiten mit dem Schneebeſen und übergießt die Früchte. Unterlegte Kaltſchalen werden meiſt als Nachſpeiſe gegeben, aber auch als Alleingericht. Man bereitet ſie, indem man unter die Früchte Nährzwieback, gebackenes Brot oder Reformgebäck gibt, dies mit Fruchtſirup übergießt, die zerkleinerten Früchte darüber ordnet und obenauf Schlagſahne (Schlagrahm) gießt.

Warme und kalte Soßen

Vormerkung

Soßen hatten in der guten deutſchen Küche von jeher eine nicht geringe Bedeutung.

Wir wollen in den nachſtehenden Erläuterungen den Zweck der verſchiedenen warmen und kalten Soßen mit Bezug auf deren Nährwert, Zubereitungs- und geeigneten Verwendungsart kennen lernen.

Frage: Welche Grundarten muß die Hausfrau kennen?
(1. Dunkle oder braune Grundſoßen, hergeſtellt mittels Einbrennen. 2. Legieren der Soßen mittels Eigelb, Butter, Rahm in Verbindung mit anderen Bindemitteln und Stärkemehlen.)

Der Zweck einer Soße iſt nicht, uns große Nährwerte zuzuführen, ſondern den Speiſen eine eigene Note zu geben. Je nach dem Gericht, wozu dieſelbe Verwendung findet, ſoll ſie entweder den Charakter desſelben ergänzen, den Geſchmack erhöhen oder auch, wie es häufig der Fall iſt, abſchwächen. Soßen beeinfluſſen den Wert einer Speiſe in hohem Maße. Sie dienen als Würze, ſind Appetitanreger und bilden die Ergänzung zu den Hauptmahlzeiten. Sie enthalten oft deren wertvollſte Säfte und verbeſſern ihren Geſchmack. Aus dieſen Gründen verlangen ſie auch beſondere Aufmerkſamkeit und Sorgfalt.

Es iſt nicht ſchwer, auf Koſten des Fleiſches eine wunderbare Tunke oder Soße zu bekommen; man braucht dazu das Fleiſch nur einige Stunden vorher einzuſalzen und dann langſam auszubraten. Umgekehrt haben wir eine kraftloſe Soße und ein ſchön ſaftiges Fleiſch, wenn man dasſelbe gleich nach dem Einſalzen ſchnell rund herum ſtark anbrät, wodurch ſich die Poren des Fleiſches ſchließen und keinen Saft mehr austreten laſſen. Man will aber ein gut ſaftiges Fleiſch und zugleich auch eine kräftige, pikant ſchmeckende Soße haben. Der einzig richtige und beſte Weg hierzu iſt, die Soße in dieſem Fall für ſich zu bereiten. Um nun eine kräftige Soße, eine ſogenannte Grundſoße, die z. B. den Grundwert ſämtlicher dunkler und brauner Soßen bildet, zu erhalten, kann folgende Vorbereitung gelten:

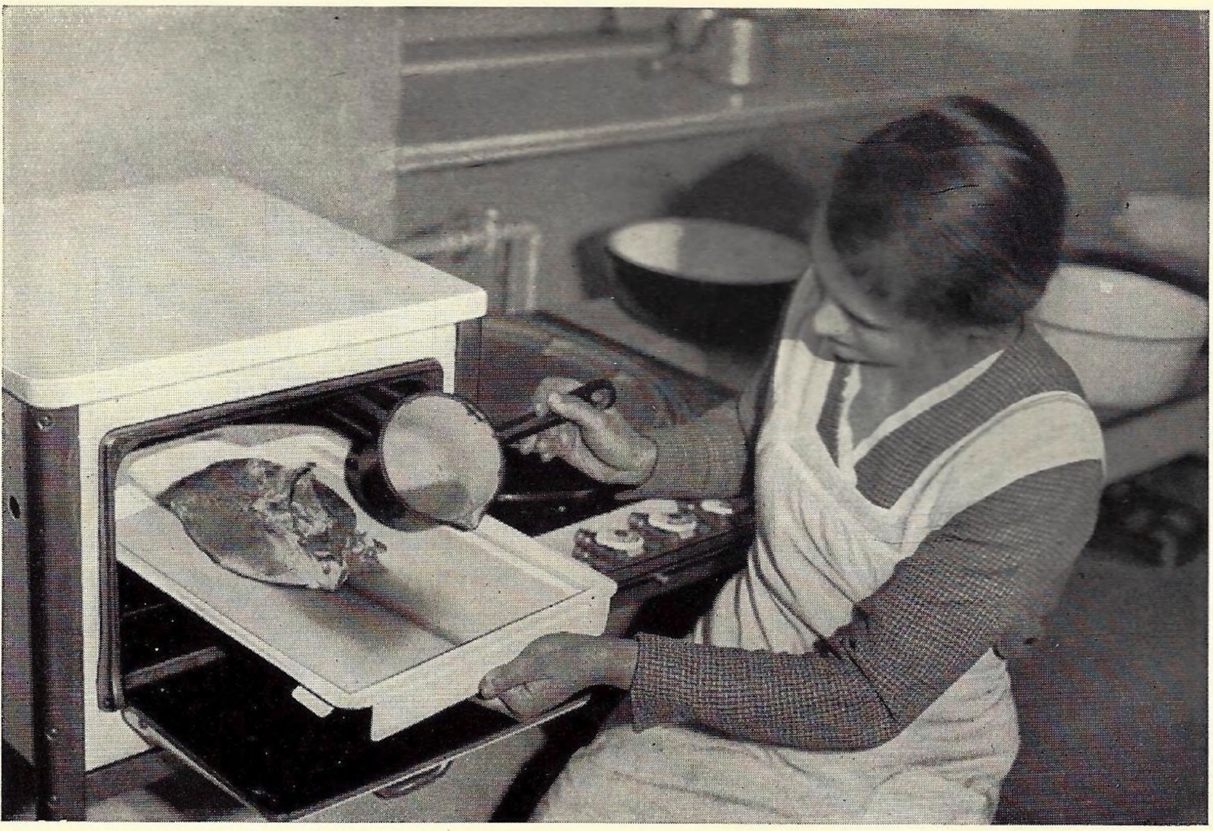
Fleiſchreſte aller Art, kleingehackte Knochen, hauptſächlich Markknochen, dann Zwiebeln und anderes Wurzelwerk, alles geſchnitten, röſtet man in heißem Fett braun an und begießt es dann mit Fleiſchbrühe, übrigem Waſſer von Teigwaren, Gemüſeſud oder auch mit klarem Waſſer und läßt es einige Stunden langſam kochen, wobei man abſchäumt. Dann wird der Sud geſeiht, mit Mehl gebunden durchgekocht und geſalzen aufbewahrt (5 bis 6 Tage).

Man unterſcheidet ungebundene und gebundene Soßen. Erſtere gehören beſonders zu kurz gebratenen Fleiſchſchnitten und in der Form von manchen Fruchtſoßen zu Süßſpeiſen; letztere werden in weiße, gelbe und braune Soßen eingeteilt und gehören zu allen erdenklichen anderen Gerichten.

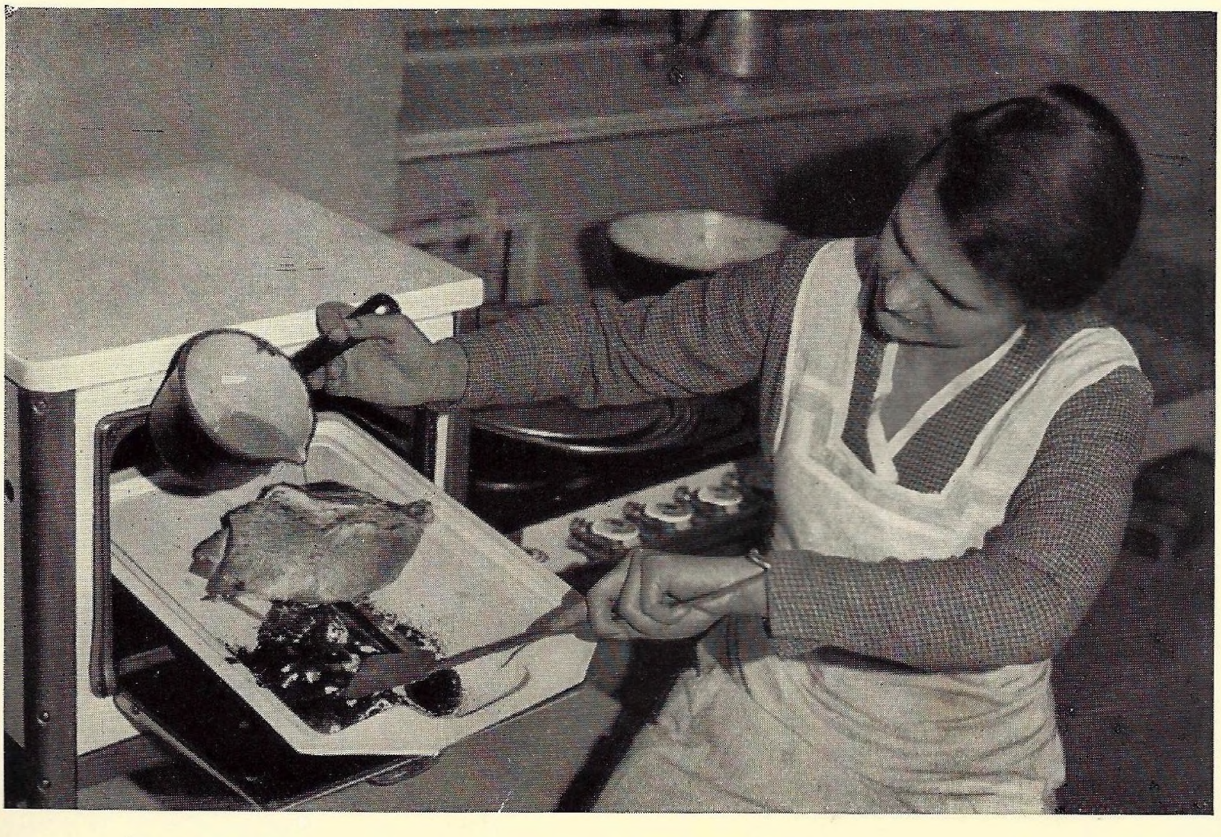
Weiße Soßen verlangen zu ihrer Herſtellung friſche oder auch ausgelaſſene Butter (Butterſchmalz). Sie werden am beſten in irdenen, Aluminium- oder Emaillegefäßen bereitet. Gelbe und braune Soßen werden zweckmäßig in eiſernen Gefäßen unter Benützung von Schweinefett oder Miſchfett zubereitet; denn die in der Butter enthaltene Buttermilch wird raſcher braun als Mehl, wodurch länger gedünſtetes Mehl und dadurch die Soße leicht ungleichmäßig in der Farbe und bitter im Geſchmack wird. Zum Strecken einer weißen oder gelben Soße verwendet man ein ſogenanntes „Teiglein". Man nimmt dann zum Bereiten der Soße weniger Fett als ſonſt und teilt das zur Soße nötige Mehl ſo ein, daß man ſo viel Mehl, als das Fett leicht aufnimmt, mit demſelben dünſtet, das übrige Mehl aber mit Waſſer, Milch oder am beſten mit Rahm in einer kleinen Schüſſel glatt anrührt und unter tüchtigem Rühren in die abgelöſchte und aufgefüllte, kochende Soße einlaufen läßt.

Zum Strecken einer braunen Soße wird ebenfalls ein Teiglein angerührt, doch empfiehlt es ſich, das Mehl dazu vorher auf einer Pfanne oder einem Backblech ohne Fett braun zu röſten, damit die Soße nicht grau und unanſehnlich wird. Geraten braune Soßen zu hell, ſo kann man ſie mit Zuckerfarbe oder durch einen Schuß Kaffee färben. Zu deren Herſtellung gibt man Zucker in ein Schmelzpfännchen, feuchtet ihn mit Waſſer an, erhitzt ihn, bis er braun iſt, löſcht mit Waſſer ab und kocht die Löſung, bis ſich der Zucker völlig aufgelöſt hat. Die Zuckerfarbe läßt ſich ebenſo wie das Braunmehl auf Vorrat herſtellen. Die Hauptſache für das Gelingen einer gebundenen Soße iſt: 1. daß man richtig ablöſcht und nachgießt, 2. daß ſie mindeſtens 20 bis 30 Minuten durchkocht.

Das richtige Ablöſchen geſchieht in der Weiſe, daß man, ſobald Fett und Mehl die gewünſchte Farbe haben, unter Rühren zuerſt etwas warmes Waſſer oder Brühe zugießt, um die Miſchung dickflüſſig, aber noch rührbar zu machen. Sodann gießt man weiter warme, beſſer heiße Flüſſigkeit nach, wenn die Maſſe ganz glatt und glänzend iſt und gekocht hat. Verſäumt man dies, ſo entſtehen die gefürchteten Klümpchen, die ſich nur durch Durchſeihen der Soße entfernen laſſen. Beſondere Vorſicht verlangen in dieſer Hinſicht einfache, mit wenig Fett zubereitete Soßen. Hat man mehr Übung, ſo kann man, beſonders weiße Soßen, auch mit kochender Flüſſigkeit ablöſchen. Bei ſtark erhitztem Mehl Vorſicht! (Glattſchlagen läßt ſich die Soße immer bei Benützung des Schneebeſens.) Durch langes Durchkochen verliert die Soße den Mehlgeſchmack, da ſich die Mehlteilchen erſt bei längerem Kochen gänzlich teilen und verteilen. Bei mehrſtündiger Koch-



Falsche Soßenbereitung. Flüssigkeit **zu früh** beigegeben



Richtige Soßenbereitung. Flüssigkeit erst nach Bräunung des Bodensatzes beigegeben

zeit ſetzt ſich das überflüſſige Fett an die Oberfläche und kann abgeſchöpft werden. Ganz entfetten kann man eine ſo lang gekochte Soße oder Brühe, wenn man ſie völlig erkalten läßt. Das Fett läßt ſich dann wie ein Deckel abheben. (Eisbouillon, Jüs, Aſpik.)

Verbeſſern läßt ſich eine Soße immer mit einem Stückchen friſcher Butter, das man kurz vor dem Auftragen in ihr verrührt. Ferner mit einer entſprechenden Beigabe von Maggis Würze oder anderen guten Suppenwürzen, die aber nicht mitkochen ſollen.

Dieſe färben auch weiße Soßen nicht ſtark. Daß jede geſalzene Soße kräftiger wird, wenn ſie, ſtatt nur mit Waſſer, mit Fleiſchbrühe, Knochenbrühe oder Wurzelbrühe oder mit einer Löſung von Fleiſchextrakt, Bouillonwürfeln uſw. bereitet wird, iſt ſelbſtverſtändlich. Eine Zugabe von Rahm, bei geſalzenen Soßen von dickem ſauren verquirlten Rahm, hebt den Geſchmack der Soße ſehr. Weiße Soßen vor allem zieht man vorteilhaft mit Eigelb ab. Dieſe gewinnen an Geſchmack auch meiſt durch einen Schuß Wein oder Zitronenſaft. Im allgemeinen ſoll eine geſalzene Soße ſo rund ſein, daß man ſie mit der Gabel eſſen kann. Soßen, die nach dem Kochen kalt geſtellt werden, müſſen während des Erkaltens öfter umgerührt werden, damit ſie keine Haut ziehen, oder man ſtellt ſie zugedeckt ins Waſſerbad. Mehlige Soßen, z. B. Blumenkohlſoßen und ähnliche, bereitet man daher immer möglichſt kurz vor dem Anrichten. Im übrigen läßt ſich für das Rätſel des letzten Geheimniſſes, welches das Gelingen einer feinen Soße verbürgt, kein allgemein gültiger Schlüſſel geben. Vielen bleibt es immer verſchloſſen, darum **probieren, üben, lernen!**

Weiße Soßen

Weiße Grundſoße (Butterſoße). 30 Gramm Butter, Salz, Muskat, 40 Gramm Mehl, zirka ½ Liter Waſſer oder Fleiſchbrühe.

Die Butter erhitzen, das Mehl zugeben und unter ſtändigem Rühren dünſten, bis ſich die Butter kräuſelt und leicht gelblich erſcheint. Dann langſam mit erſt heißer, dann kalter Fleiſchbrühe oder Waſſer nach Vorſchrift ablöſchen, würzen und 20 bis 30 Minuten gut durchkochen laſſen. Bei zu kurzem Kochen wird das Mehl nicht gar, was den Geſchmack jeder Soße herabſetzt. Eine Beigabe von Pilzkochwaſſer, nach Geſchmack Würze, Ei und Rahm verfeinern den Geſchmack, ebenſo das Einrühren eines Stückchens friſcher Butter vor dem Anrichten. Es kann auch eine kleine Zwiebel mitgedämpft werden. Dann ſeiht man die Soße durch.

Rahm- oder Bechamel-Soße.

Die Zubereitung iſt die gleiche wie bei der Grundſoße, mit dem Unterſchied, daß ſtatt mit Fleiſchbrühe oder Waſſer mit Milch oder Rahm abgelöſcht wird. Nach Geſchmack kann man vor der Mehlzugabe etwas Speck oder Schinken mitdämpfen, 1 Teelöffel geriebenen Käſe zugeben oder 1 gewiegte Sardelle mitkochen.

Kapern-Soße (Fiſchſoße). 30 Gramm Butter, 1 Eigelb, 40 Gramm Mehl, Zitronenſaft, 10 bis 15 Kapern, Salz, 1 bis 2 Eßlöffel Weißwein.

Die durchgekochte Grundſoße mit Eigelb und ſaurem Rahm abziehen, Kapern, Zitronenſaft und Wein zugeben. Zu Fiſch gegeben, wird die Einbrenne mit Fiſchſud abgelöſcht.

Sardellen- oder Heringsſoße.

Die Grundſoße wird mit 2 geputzten und fein verwiegten Sardellen oder ¼ Hering (eventuell paſſiert) gemiſcht, aufgekocht und mit Rahm abgezogen.

Peterſilien-Soße.

¾ Liter magere Rahm- oder Bechamelſoße (heiß) werden mit 80 Gramm Butter geſchlagen, Salz, Pfeffer und dem Saft einer halben Zitrone gewürzt, durchgeſeiht und mit einem halben Eßlöffel feingewiegter Peterſilie fertig gemacht.

Sardellen-Soße (auf andere Art). 4 bis 6 Sardellen, 1 Lorbeerblatt, Priſe weißen Pfeffer, 1 Teelöffel Zwiebeln, Priſe Nelken, Zitronenſaft, 1 Glas Wein.

Sardellen waſchen, entgräten, fein wiegen. Gräten mit Pfeffer, Nelken, Lorbeerblatt und kleiner Priſe Saz (Zitronenſchale) in Fleiſchbrühe auskochen. Mit dieſer Brühe die Grundſoße ablöſchen, garkochen und mit Zitronenſaft und etwas Weißwein abſchmecken. Das Auskochen der Gräten erſetzt einige Sardellen. Die Soße muß recht rund ſein. (Sehr gebunden.)

Champignon- oder Morchelſoße.

In der Grundſoße die gut vorbereiteten Pilze (¼ Büchſe oder 6 bis 8 friſche) weichkochen.

Peterſilienſoße (andere Art).

Grundſoße mit 1 bis 2 Teelöffeln gehackter Peterſilie aufkochen laſſen, ein Stückchen friſche Butter, nach Belieben Zitronenſaft, und etwas weißen Pfeffer darangeben.

Weiße Zwiebel-Soße. 4 Zwiebeln, 50 Gramm Schinken, 80 Gramm Butter, 1½ Liter Milch oder Rahm, 80 Gramm Mehl, ½ Liter Fleiſchbrühe, Gewürz.

Die in dünne Scheiben geſchnittenen Zwiebeln in einem Stückchen Butter weich dämpfen laſſen; von der übrigen Butter mit dem Mehl mit Rahm oder Milch Grundſoße bereiten, in der man ein Stückchen rohen Schinken auskocht. Fleiſchbrühe und die weichgedämpften Zwiebeln dazu geben, unter vorſichtigem Rühren bei kleinem Feuer einkochen laſſen. Den Schinken herausnehmen, durch Haarſieb ſtreichen, mit Salz, etwas weißem Pfeffer abſchmecken. Beſonders beliebt zu Hammelkoteletten.

Krebs-Soße.

Zubereitung wie Krebsſuppe, nur dicker einkochen, mit 1 bis 2 Eigelb abziehen.

Tomaten-Soße.

In der Grundſoße einige recht reife Tomaten durchkochen, durch ein feines Sieb geben. Nach Geſchmack ein Teelöffel Zwiebel mitdämpfen und Sauerrahm abrühren. Noch beſſer wird die Soße, wenn ein Teil der Tomaten roh in die fertige Soße paſſiert wird.

Tomaten-Soße auf andere Art.

In der Butter Zwiebel dämpfen, Tomaten (gewaſchen und zerteilt) mitdämpfen, Mehl dazu, auffüllen, paſſieren, abſchmecken.

Holländiſche Soße. ¼ Liter Weißwein, 25 Gramm feinſtes Mehl, ⅛ Liter Waſſer, 2 Eigelb, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 20 Gramm Butter, Salz (Kräuter).

Die Eigelb mit Waſſer und Wein oder aber mit der Brühe der Gemüſe oder Fiſche, zu denen die Soße gehört, und mit dem Mehl glatt anrühren, auf dem Feuer oder im Waſſerbad ſchlagen, bis ſie dick iſt. Dann die Butter, Zitronenſaft und Salz (Muskat) darangeben. Zu Blumenkohl, Spargel, Schwarzwurzeln, zu Artiſchocken, Fiſchen, Zunge uſw. geben. (Beim Anrichten nußgroß friſche Butter einrühren.)

Holländiſche Soße (feine Art).

Brühe oder Fiſchſud, Zitronenſaft und Eſſig, 100 Gramm Butter, 3 bis 4 Eigelb, Salz, Pfeffer werden auf dem Feuer ſo lange geſchlagen, bis die Soße ſchaumig und dicklich iſt. Dann gibt man unter beſtändigem Rühren noch etwas Grundſoße und nach Geſchmack Eſſig und Gewürz dazu.

Sauce Béarnaise. 3 Schalottenzwiebeln, 40 Gramm Butter, ⅛ Liter Waſſer, Bratenſoße oder Brühe, 2 Eßlöffel Weineſſig, ½ Lorbeerblatt, 2 Eßlöffel Weißwein, Salz, Pfeffer, 2 Nelken, 2 Eigelb.

Die fein gewiegten Zwiebeln mit Eſſig, Wein und Gewürz auskochen und durchſeihen. Erkaltet zu Eigelb und Butter geben und alles im Waſſerbad oder auf kleinem Feuer ſchlagen, bis es eine dickliche Soße iſt. (Braune Soße Béarnaise ſiehe braune Soßen.)

Butterſoße à la maitre d'hôtel.

Helle Grundſoße würzt man mit Pfeffer und Muskatnuß, gibt kurz vor dem Anrichten ein Stück Kräuterbutter, Zitronenſaft und Salz nach Belieben zu.

Saure Kräuterſoße, sauce ravigote.

Man gibt Schalotten und einige Pfefferkörner ſowie etwas Eſſig in lichte Grundſoße und läßt alles gut verkochen; dann wird ſie paſſiert. Vor dem Anrichten gibt man ſo viel blanchierte und paſſierte Kräuter dazu, bis die Soße ſchön grün wird.

Morchelſoße.

Die Morcheln werden gewaſchen und ¼ Stunde in Milch gelegt. Dann dünſtet man ſie in Butter, mit Zwiebeln, Pfefferkörnern und Brühe, gibt ſie dann in lichte Grundſoße und würzt nach Belieben.

Franzöſiſche Soße.

4 Eßlöffel ſauren Rahm, 2 Eigelb, 70 Gramm Sardellenbutter, etwas zerdrückten Knoblauch, Thymian, Zitronenſaft und ein wenig Fiſchbrühe gibt man unter beſtändigem Rühren unter lichte Grundſoße und läßt dieſelbe kurz aufkochen. Man gibt dieſe Soße zu Fiſch.

Frikaſſeeſoße.

Unter lichte Grundſoße ſprudelt man 2 Eigelb, etwas Zitronenſaft, ſauren Rahm und gibt nach Bedarf noch etwas Fleiſch- oder Fiſchbrühe dazu und würzt nach Geſchmack.

Curryſoße.

Man gibt in lichte Grundſoße etwas Schinken, Champignonabfälle und etwas Peterſilie; nachdem alles gut verkocht iſt, wird ſie paſſiert, mit 1 bis 2 Eigelb legiert, Salz, Pfeffer, Zitronenſaft und Currypulver nach Geſchmack dazugegeben.

Schnittlauchſoße.

Man gibt in helle Grundſoße, die man noch mit etwas Suppe verdünnt hat, fein geſchnittenen Schnittlauch, ſauren Rahm und Gewürz nach Belieben.

Dillſoße.

Wird genau ſo zubereitet wie Schnittlauchſoße.

Meerrettich-Soße. Meerrettich (eine mittlere Stange), Priſe Zucker, 40 Gramm Butter, 2 Eßlöffel Milch, 30 Gramm Mehl, Suppenbrühe.

Je nach Geſchmack und Belieben ein größeres oder kleineres Stück Meerrettich (die Stangen ſollen dick und glatt und innen ſchön weiß ſein) am offenen Fenſter oder am warmen Ofen reiben, wobei man die Stange nicht ſchief, ſondern gerade hält, da der Meerrettich ſonſt faſerig wird. Um das Schwarzwerden zu verhindern, deckt man den geriebenen Meerrettich zu, beſtreut ihn mit wenig Mehl oder reibt ihn unmittelbar vor dem Zubereiten. Man dämpft ihn in Butter, fügt nach 5 Minuten das Mehl bei und löſcht nach weiteren 5 Minuten mit Suppenbrühe ab, gibt Milch, Zucker und Salz dazu und läßt ihn noch 5 bis 10 Minuten, je nach dem gewünſchten Grad der Schärfe kochen. Durch längeres Kochen wird er milder. Zum Sämigmachen kann man ſtatt Mehl eine roh geriebene Kartoffel oder Semmelbröſel nehmen.

Meerrettich-Soße auf andere Art. Zutaten wie oben.

Mit Butter, Mehl und den übrigen Zutaten eine helle Grundſoße herſtellen, nach dem Durchkochen den geriebenen Meerrettich zugeben und 5 bis 10 Minuten kochen laſſen.

Meerrettich mit Schlagrahm.

Geriebenen Meerrettich mit einigen Löffeln Schlagrahm miſchen, etwas Pfeffer und Salz ſowie Zucker zugeben und alles zu einer dicklichen Soße glatt rühren. Nach Belieben kann man auch einige geriebene Äpfel dazu geben. Man reicht den Meerrettich zu blau geſottenem Karpfen oder mit übrigen Makkaroni als Abendeſſen.

Meerrettich zu Suppenfleiſch. Siehe Salate.

Senf-Soße. 30 Gramm Butter, 2 bis 3 Teelöffel Senf, 40 Gramm Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, Brühe zum Auffüllen.

Eine helle Grundſoße herſtellen, Senf dazu, abſchmecken, gut durchkochen laſſen. Zu Suppenfleiſch oder Leberklößen reichen. Auch wie Holländiſche Soße im Waſſerbad ſchlagen.

Senf-Soße (geſchlagen). 30 Gramm Mehl, ¼ Liter Fleiſchbrühe, 20 bis 30 Gramm Butter, 1 bis 2 Eigelb, Zitronenſaft, 2 Teelöffel Senf, Salz, Pfeffer, Priſe Zucker.

Alle Zutaten, außer Butter, in einem kleinen, hohen Topf glatt rühren, im Waſſerbad ſchlagen, bis die Soße anfängt, dicklich zu werden. Dann die in kleine Stücke geſchnittene Butter einſchlagen. Gut abſchmecken.

Speck-Soße. 50 bis 80 Gramm geräucherter Speck, Pfeffer, 1 Eßlöffel Eſſig, 40 Gramm Mehl, Salz, Waſſer oder Suppenbrühe.

Speck in kleine Würfel ſchneiden, langſam hellbraun werden laſſen, die Würfel herausnehmen. In das Fett das Mehl rühren, hell dünſten, Flüſſigkeit zugeben, durchkochen und beim Anrichten die Speckwürfel in die Soße geben. Die Speckſoße kann mit Kräutern gemiſcht werden und zu Bratkartoffeln gereicht werden. Auch kann man ſie, erkaltet, zu Kartoffelſalat anſtatt einer Salatſoße geben. Man nimmt dann etwas mehr Eſſig. Eventuell mit 1 bis 2 Eigelb verbeſſern.

Pilz-Soße. 100 bis 150 Gramm Pilze, Brühe oder Butter zum Dämpfen der Pilze, Peterſilie, Weiße Grundſoße.

Die ſorgfältig gewaſchenen, geputzten und in Stücke geſchnittenen Pilze (Champignons, Morcheln, Steinpilze, Eierſchwämmchen uſw.) kocht man in Salzwaſſer oder Suppenbrühe weich oder man dünſtet ſie in Butter gar. Man gibt ſie in eine weiße Grundſoße, fügt etwas feingehackte Peterſilie bei und läßt nochmal gut durchkochen.

Kalte Eier-Soße. 2 bis 4 Eier, Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel Salatöl, Senf, Zucker, Eſſig nach Geſchmack, Schnittlauch.

Eier fein verwiegen, ziemlich viel Schnittlauch fein ſchneiden und mit den anderen Zutaten verrühren.

Mayonnaiſe. 2 Eigelb, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, ⅜ Liter Öl, ½ Teelöffel Senf, Salz, Pfeffer, Priſe Zucker.

Eigelb mit Salz, Pfeffer und Zitronenſaft oder Doppeleſſig in einer kleinen Schüſſel 5 Minuten rühren; dann tropfenweiſe das Öl zugeben. Wenn die Maſſe ſo dick iſt, daß ſie am Schneebeſen hängen bleibt, Zitronenſaft und Eſſig zugeben; dann langſam das übrige Öl einrühren und mit einigen Tropfen Waſſer verdünnen. Würzen und kaltſtellen. Sollte die Mayonnaiſe während des Rührens gerinnen, verrührt man in einer anderen Schüſſel ein friſches Eigelb und gibt unter ſtändigem Rühren die geronnene Maſſe dazu. Mayonnaiſe kann geſtreckt werden durch 3 bis 4 Eßlöffel weiße Soße. Dieſe ſtellt man am beſten her aus 1 Eßlöffel Öl, 2 Eßlöffel Mehl, Waſſer, Salz und Milch. Auch kann man 3 bis 4 Eßlöffel ungeſüßten Schlagrahm zugeben, wodurch die Mayonnaiſe ſowohl geſtreckt als auch leichter verdaulich wird. Man darf keine eingelegten Eier dazu verwenden. Nicht warm, aber auch nicht zu kalt aufbewahren.

Falſche Mayonnaiſe. ¼ Liter kochendes Waſſer, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel Mehl, Salz, 1 Eigelb, ½ Teelöffel Senf, 1 Eßlöffel Eſſig, ¼ Liter Öl, 1 Teelöffel Kräuter.

In das kochende Waſſer das mit wenig Waſſer angerührte Mehl einrühren und

10 Minuten kochen laſſen. Rühren, bis die Maſſe beinahe kalt iſt; dann langſam Eigelb und Öl ſowie die Gewürze zugeben. Nach Belieben eine gewiegte Sardelle, fein gehackte Kräuter wie Eſtragon, Kerbel, Schalotte, Peterſilie, Schnittlauch uſw. beifügen. Die Mayonnaiſe muß recht rund ſein. Sie iſt leichter verdaulich, ſehr ſchmackhaft und bedeutend billiger herzuſtellen als echte. Sie kann auch im Waſſerbad geſchlagen werden.

Remouladen-Soßen. 2 rohe, 2 gekochte Eier, 1 Teelöffel Senf, Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel Kräutereſſig, Kräuter, 2 Sardellen, $^3/_8$ Liter Öl, 1 Teelöffel Kapern.

Die gekochten Eigelb durch ein Haarſieb ſtreichen, mit dem rohen Eigelb, Salz und Pfeffer glatt rühren; Öl und Eſſig tropfenweiſe beigeben. Mit Senf, gewiegten Kapern, Sardellen, Dill und Eſtragon abſchmecken.

Remouladen-Soße auf andere Art.

1 hartgekochtes Ei, 1 bis 2 Sardellen, 1 Schalotte, Peterſilie und Eſtragon fein wiegen und unter fertige Mayonnaiſe miſchen.

Tartaren-Soße.

Eine Mayonnaiſe zubereiten, mit ½ Teelöffel gewiegter Peterſilie, ebenſo viel Schnittlauch, gehackten Eſſiggurken, Kapern und Sardellen und mit ein wenig Senf verrühren.

Gurken-Soße kalt. 2 Gurken, 1 Zwiebel, 1 Teelöffel Senf, Salz, 1 Eßlöffel Öl, ſaurer Rahm, Fleiſchbrühe.

Gurken, Zwiebel und Peterſilie fein hacken, Senf, Öl, Rahm und ſo viel Fleiſchbrühe einrühren, bis es eine runde Soße iſt.

Kräuter-Soße. 3 Eßlöffel Öl, 1 Eßlöffel Eſſig, ½ Teelöffel Salz, ½ Teelöffel Senf, Priſe Pfeffer, 1 Teelöffel Zucker, 2 Teelöffel Peterſilie, ebenſoviel Eſtragon, Schnittlauch, 4 Schalotten, ½ Teelöffel Kapern, 2 bis 3 Eier, 3 bis 4 Gurken.

Schalotten, Kräuter, Gurken und Kapern fein verwiegen, Gewürz mit Senf und Eſſig glatt rühren, Öl und die fein gehackten Kräuter und Eier zugeben; die Soße zu kaltem Braten reichen.

Kräuter-Soße, zweite Art.

In einer Grundſoße von 30 bis 40 Gramm Butter und 15 Gramm Mehl, abgelöſcht mit ¼ Liter Rahm und Wurzelbrühe, werden allerhand gehackte Kräuter wie Peterſilie, Dill, Eſtragon uſw. durchgekocht. Man rührt ſie bis zum Erkalten und gibt ſie zu Schalenkartoffeln, über Salat, harte Eier uſw.

Sulz-Soße zum Glaſieren von kaltem Geflügel (ſiehe Butterſoße). ½ Liter Fleiſchgelee, 2 bis 3 Eßlöffel Wein, Salz.

Eine Butterſoße 1 Stunde kochen laſſen, durch ein feines Sieb geben, unter öfterem Umrühren abkühlen laſſen und die im Waſſerbad flüſſig gemachte Fleiſchſulz darunter rühren; auf Eis ſtellen und rühren, bis die Maſſe anfängt, ſteif zu werden. Man verwendet ſie zum Überziehen von kaltem Geflügel, Braten, Fiſch uſw.

Sulz-Soße mit Mayonnaiſe hergeſtellt.

Man läßt $^{3}/_{10}$ Liter guten Fleiſchgelees in heißem Waſſer flüſſig werden, mengt es, wenn noch flüſſig, aber ja nicht mehr warm iſt, vorſichtig unter eine Mayonnaiſe von ¼ Liter Öl. Wenn die Soße anfängt zu ſtocken, taucht man die Geflügel- und Bratenſtücke hinein und legt ſie auf eine recht kalte Platte und ſtellt auf Eis oder kalt. Um das raſche Steifwerden der Soße zu verhindern, ſtellt man die Schüſſel während des Einarbeitens der Sulze in warmes Waſſer.

Braune Soßen

Braune Grundſoße. 30 Gramm Fett, 1 Zwiebel, Peterſilie, 40 Gramm Mehl, 1 Nelke, Salz, ½ Zitronenſcheibe, ¼ Lorbeerblatt, ½ Liter Waſſer oder Pflanzen- oder Miſchfett, Brühe, ½ Glas Wein.

In dem heißen Fett (Speckfett, Schweinefett) das Mehl kaſtanienbraun dünſten, mit Waſſer, Fleiſch- oder Wurzelbrühe ablöſchen, die Gewürze zugeben und bei kleinem Feuer 1½ Stunden kochen laſſen. Die Soße ſoll, wenn ſie fertig iſt, glänzend ausſehen. Man gibt ſie durch ein Sieb, ſchmeckt mit Wein, Tomatenpüree oder einigen friſchen, durchgetriebenen Tomaten (Maggis Würze nach Geſchmack und Art der Verwendung) ab. Auch kann man etwas rohen Schinken mitkochen. Dieſe Soße bildet die Grundlage zu vielen verſchiedenen Soßen. Bei ſparſamem Kochen kann man die braune Einbrenne auch mit der Hälfte des Fettes und des Mehles herſtellen, den Reſt des Mehles im Backofen ohne Fett braun röſten, mit kaltem Waſſer anrühren und die aufgefüllte Einbrenne einrühren. Je länger ſie kocht (bis zu 4 Stunden), deſto beſſer wird die Soße.

Braune Soße ohne Fett.

Das Mehl wird in einem eiſernen Topf auf kleinem Feuer unter ſorgfältigem Rühren oder im Backofen ſchön braun geröſtet; man rührt, bis das Mehl abgekühlt iſt. Bei Gebrauch mit Waſſer glatt rühren, Gewürz wie zur Grundſoße zugeben und die Soße gut auskochen. Läßt ſich aufbewahren.

Zwiebel-Soße. 1 große Zwiebel, 2 Eßlöffel Eſſig, 30 Gramm Fett, Waſſer oder Suppenbrühe, 40 Gramm Mehl, Gewürz wie zur Grundſoße.

In dem Fett das Mehl hellbraun röſten, die klein geſchnittene Zwiebel mitröſten, bis dieſe gelb iſt, ablöſchen, mit Salz, Eſſig, Lorbeerblatt, 1 Nelke, Peterſilie und wenig Pfeffer würzen, durch ein Sieb geben und 2 bis 4 Stunden kochen laſſen, oder: die Zwiebel für ſich in 20 Gramm Butter dämpfen und mit etwas Wein der durchgeſtrichenen Soße beimengen.

Braune Speckſoße.

Wie Speckſoße, nur das Mehl dunkler röſten und Eſſig zugeben.

Madeira-, Marſala- oder Sherryſoße.

Recht gut durchgekochte Grundſoße, die ſchön glänzend und dickflüſſig ſein muß, ſtreicht man durch ein Sieb und gibt vor dem Anrichten ein kleines Glas Madeira oder von den angegebenen Weinen dazu. Die Soße darf dann nicht mehr kochen. Eine Beigabe von in Scheiben geſchnittenem Fleiſch oder Schinkenabfällen, die man in der Einbrenne mit Suppengrün auskocht, macht die Soße feiner. Man läßt ſie dann erkalten, ſchöpft das Fett ab, kocht noch einmal auf und gibt vor dem Anrichten den Wein dazu. Die Soße, die ſchön rund ſein ſoll, wird zu gekochtem Schinken, Zunge uſw. gereicht. Statt Grundſoße kann auch Jus verwendet werden.

Cumberland-Soße. ½ Zitronenſchale, 1 Apfelſinenſchale, 4 Eßlöffel Johannisbeergelee, 1 Teelöffel engliſcher Senf, Salz, ½ Teelöffel Cayenne, 1 Apfelſine, ½ Zitrone, ½ Taſſe Weißwein, 1 Eßlöffel Schalotten.

Die Zitronen- und Apfelſinenſchalen ganz fein abſchälen, daß keine weiße Haut daran bleibt, in ganz dünne ſchmale Streifen ſchneiden, in Waſſer kurze Zeit auskochen und auf einen Durchſchlag geben. Nun rührt man den Senf mit Zitronenſaft und dem Rotwein glatt, gibt alle Gewürze und zuletzt das ſteife Johannisbeergelee darunter. Man kann die Soße kalt rühren oder an einer heißen Herdſtelle, doch darf ſie ja nicht kochen. Man reicht ſie zu Schinken, Zungen oder Wildbraten.

Warme Senfſoße (Soße Robert). Man gibt in braune Grundſoße einige Körner Pfeffer, Neugewürz, Lorbeerblatt, etwas Zitronenſchalen und läßt alles gut verkochen. Vor dem Anrichten miſcht man etwas Senf, Sardellenbutter, Zitronenſaft nach Belieben dazu und paſſiert die Soße.

Braune Wurzelſoße. Fein geſchnittenen Speck röſtet man mit Peterſilie und Sellerie ſchön braun und gibt dieſes in die Grundſoße, ſowie etwas Pfeffer und Neugewürz (in jeder Drogerie erhältlich), Ingwer, Timian und Lorbeerblatt, läßt alles gut verkochen, paſſiert nach dem und gibt noch etwas Rotwein und Zitronenſaft dazu.

Braune Kapernſoße. In braune Grundſoße gibt man etwas ſauren Rahm, Gewürz und Kapern nach Belieben und läßt alles gut verkochen.

Braune Gurkenſoße. In Scheiben geſchnittene, friſche Gurken dünſtet man mit Salz und Pfeffer in Butter und gibt ſie dann in die braune Grundſoße, läßt ſie noch etwas verkochen und gibt vor dem Anrichten etwas ſauren Rahm und Gewürz nach Belieben dazu.

Sauce Béarnaise (braun). 2 Eigelb und 30 Gramm Butter, ein wenig Pfeffer und Salz werden im Waſſerbad auf dem Feuer ſo lange gerührt, bis ſie dick werden. Dann gibt man unter beſtändigem Rühren nach und nach etwas Grundſoße (braune), Butter, 1 Kaffeelöffel voll fein geſchnittenen Eſtragon und etwas Eſſig dazu. Die Soße muß ziemlich dick ſein.

Braune Kräuterſoße. Man gibt in braune Grundſoße etwas Kräuterbutter, Zitronenſaft und Gewürz nach Belieben.

Pilzſoße. Man gibt in braune Grundſoße etwas getrocknete Steinpilze und, wenn dieſelben darin weichgekocht, wird die Soße paſſiert. Vor dem Anrichten gibt man etwas ſauren Rahm und fein gewiegte Peterſilie dazu.

Eierſpeiſen – Paſteten – Vorgerichte

Eierſpeiſen

Ein wichtiges, bei der Herſtellung vieler Gerichte faſt unentbehrliches Nahrungsmittel in der Küche iſt das Ei.

Wir wollen heute Eierſpeiſen als ſelbſtändige Gerichte, ſowie als Bei- und Zugaben zu anderen Speiſen, ebenſo die Bedeutung des Eies in der Krankenkoſt kennen lernen.

1. Frage: Was muß die Hausfrau von den Merkmalen friſcher Eier wiſſen? Worin unterſcheiden ſich friſche Eier auf den erſten Blick von den länger gelagerten? (Friſche Eier ſinken bei der Salzwaſſerprobe unter, weil voll und ſchwer. Beim Durchleuchten mittels einfachem praktiſchen Durchleuchtungsapparat muß das Innere des Eies klar und faſt durchſichtig erſcheinen ohne dunkle Flecken.)

Die nachſtehenden Ausführungen zeigen uns die Eier in ihrer vielſeitigen Verwendbarkeit.

2. Frage: Welche Form der Zubereitung iſt bei der Krankenkoſt die geeignetſte? (Schneeform bei der Zubereitung von leichten Aufläufen, Cremen, ſodann Eigelb geſchlagen mit Rum oder Rotwein als Stärkungsmittel.)

Eier werden nicht nur zu Vorſpeiſen, ſondern auch als ſelbſtändige Gerichte und als Bei- und Zugaben in der Küche verwendet, zum Teil auch als Krankenkoſt. Am bekömmlichſten ſind ſehr friſche Trinkeier roh genoſſen (Eier an zwei Enden anſtechen, an einer Öffnung austrinken), ferner hartgekochte Eier, aber nur in fein geriebener Form, auf Butterbrot geſtrichen. Nicht geriebene harte Eier und Spiegeleier ſind ſchwer verdaulich. Kinder bis zu 2 Jahren ſollen keine Eier und Eierſpeiſen bekommen, ſpäter nicht mehr als täglich 1 Stück. Auf die beſte und vorteilhafteſte Art verwendet man Eier gemiſcht mit anderen Speiſen. Sie machen dieſelben locker und bekömmlicher, beſonders wenn das Eiweiß zu Schnee geſchlagen wird. Eigelb in Suppen und Soßen gegeben, verbeſſert den Geſchmack außerordentlich. Wegen ihres hübſchen und appetitlichen Ausſehens werden hartgekochte Eier mit Vorliebe zum Garnieren von Platten aller Art verwendet, beſonders in Verbindung mit gekrauſter Peterſilie, Salatherzen, Tomaten, Tomatenſcheiben und Eſſiggurken. Mit Geduld und Geſchicklichkeit laſſen ſie ſich in die verſchiedenſten Blatt- und Blütenformen ausſchneiden, als Ergänzung zu andersfarbigen Garnituren und gleichen Zwecken. Auch kleingehacktes Ei eignet ſich ſehr gut zu Verzierungen. Gebackene Eier ſchmecken am beſten, wenn ſie in einer kleinen feuerfeſten Porzellanform bereitet und darin ſerviert werden.

Eier weich zu kochen.

Dazu dürfen nur ganz friſche Eier verwendet werden. Man erkennt ſie an ihrer Durchſichtigkeit, wenn man ſie gegen das Licht hält, an der Unbeweglichkeit des Inhaltes beim Schütteln und am raſchen Unterſinken im Salzwaſſer (alte Eier ſchwimmen oben) und mit dem Eierprüfer. (Mit Stempel verſehene Trinkeier ſind zum Sieden am geeignetſten.) Will man ſie ſieden, ſo reibt man ſie mit angefeuchtetem Salz ab, legt ſie, um das Platzen zu verhüten, einige Minuten in lauwarmes Waſſer und dann mit dem Löffel vorſichtig in klares kochendes Waſſer. Nach 3 Minuten trägt man ſie auf. Zum Warmhalten gibt man über das im Eierbecher auf der Spitze ſtehende Ei einen wollenen Eierwärmer oder man bettet ſie in ein eigenes Eierkörbchen mit geſtrickter Wolleinlage.

Eier wachsweich.

Die Zubereitung iſt dieſelbe wie bei weichen Eiern, nur beträgt die Kochzeit 5 Minuten. Man ſchreckt ſie nach dem Kochen einen Augenblick in kaltem Waſſer ab.

Eier hartgekocht.

Die Eier vorbereiten wie oben und 10 Minuten kochen, mit dem Schaumlöffel herausnehmen und in kaltes Waſſer legen, damit ſie ſich leichter ſchälen laſſen.

Soleier.

Soleier ſind hartgekochte Eier, die man 24 Stunden in eine gekochte und erkaltete Salzlöſung gelegt hat. Damit die Löſung beſſer eindringen kann, beklopft man die Schale vor dem Einlegen mit dem Meſſer, ohne daß ſie abfällt. Die Löſung muß ſo ſtark ſein, daß die Eier darin ſchwimmen. Auf 2 Liter Waſſer 4 Eßlöffel Salz. In eine mit Kopf-, Endivien-, Feld- (Niſſel-) oder Kreſſe-Salat belegte tiefe Platte ſetzt man die geſchälten Eier und garniert ſie mit Hütchen von kleinen Tomatenhälften, die man mit dicker Mayonnaiſe beſpritzt.

Rühreier.

Man rechnet 2 bis 3 Eier auf die Perſon. Eier, 1 Eßlöffel Waſſer oder Milch, 1 Priſe Salz, nach Belieben etwas Pfeffer, Muskat und gehackte Peterſilie verquirlen. Butter (20 Gramm für 2 bis 3 Eier) in einer Pfanne, beſſer in einer irdenen Kaſſerolle zum Kochen bringen und ſofort die Eier hineingeben. Unter fortwährendem Abſtoßen mit einer kleinen Backſchaufel die Maſſe wenden, bis ſie flockig, aber ja nicht feſt iſt.

Rühreier mit Schinken.

Eier wie oben vorbereiten, Schinken in Scheiben oder Streifen ſchneiden, in Butter leicht andämpfen, die Eier darüber gießen und wie oben fertigſtellen. Oder in Würfel geſchnittenen Schinken in die Eier geben und mitbacken.

Rühreier mit Käſe.

In die verquirlten Eier würfelig geſchnittenen Emmentaler und etwas geriebenen Parmeſankäſe miſchen, leichte Rühreier davon backen und mit geröſteten Brotſcheiben oder auf dieſelben geſtrichene ſervieren. Man rechnet auf 2 bis 3 Eier 25 Gramm Emmentaler- und 10 Gramm Parmeſankäſe.

Rühreier mit geröſtetem Schinken und Tomaten.

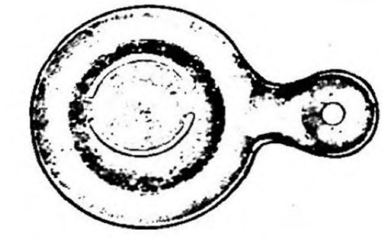
Man verquirlt einige Eier mit Rahm, gibt Salz und Muskat dazu, ſowie geröſtete Schinkenwürfel und etwas Tomatenmark. Davon bereitet man lockeres Rührei und füllt es in ein Neſt von recht zartem Kartoffelbrei und beſtreut mit feingeſchnittenem Schnittlauch.

Spiegeleier oder Ochſenaugen.

Man verwendet zum Backen von Spiegeleiern am beſten Portionsſchüſſelchen aus feuerfeſtem Porzellan, Kupfer oder Nickel und ſerviert darin die Eier. Doch kann man auch eine gewöhnliche Backpfanne oder eine Eierpfanne verwenden, die für jedes Ei eine Vertiefung beſitzt. In die gut erwärmte Butter ſchlägt man vorſichtig das Ei, würzt mit Salz, das aber nur auf das Eiweiß fallen ſoll, da die feine Haut über dem Eigelb ſonſt leicht platzt. Nach Belieben ein wenig Pfeffer und Schnittlauch darüber ſtreuen und bei gelinder Hitze backen. Man kann ſie auch nach dem Einſetzen zugedeckt im Backofen fertig backen. Bäckt man die Eier in der Pfannkuchenpfanne, ſo kann man den Eiweißrand zuletzt mit einem Ausſtechring oder Glas rund ausſtechen.

Spiegeleier mit Sardellenbutter.

Man bäckt Spiegeleier oder Ochſenaugen und gibt beim Anrichten Sardellenbutter darauf. Man ſerviert dazu geröſtete Weißbrotſchnitten, Rapunzelſalat oder Brunnenkreſſe.



„Gebra“-Dotterfänger

Falleier, verlorene Eier, Eier in der Taſche. 6 Eier, 1 Eßlöffel Salz, 2 Liter Waſſer, 2 Eßlöffel Eſſig.

In einem Kochtopf Waſſer, Salz und Eſſig zum Kochen bringen, die ganz friſchen (nicht eingelegten) Eier eines nach dem anderen vorſichtig in einen Schöpflöffel aufſchlagen und ſehr behutſam dieſen in das leicht kochende, nicht ſprudelnde Waſſer tauchen, bis das Eiweiß zuſammenhält. Die Eier zugedeckt gleichmäßig und leicht ungefähr 3 Minuten kochen laſſen. Dann mit dem Schaumlöffel herausnehmen und kurze Zeit in etwas geſalzenes kaltes Waſſer legen, zuſchneiden und vor dem Gebrauch in warmem Waſſer oder im Waſſerbad erwärmen.

Falleier anderer Art.

Schinken, 2 kleine Sardellen, 2 Eßlöffel Öl, 1 Eßlöffel Eſſig, 2 rohe Eigelb, Priſe Salz, 50 Gramm Butter zum Aufziehen, Meſſerſpitze Senf (engliſcher Senf).

Die Eier wie oben vorbereiten und füllen, in eine beſtrichene Auflaufform oder feuerfeſte Form ſetzen, mit Butterſtückchen belegen und ¼ Stunde vor dem Gebrauch in den mäßig heißen Backofen ſtellen. Man kann die Eier auch mit einer aus 40 Gramm Butter, 60 Gramm Mehl und ¾ Liter Milch hergeſtellten, ½ Stunde durchgekochten, mit ¼ Liter Rahm aufgekochten Soße übergießen, der man nach Belieben geriebenen Käſe oder Zitronenſaft beimengen kann.

Eier im Becher. 6 Eier, 60 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 60 Gramm Mehl, ⅓ Liter Milch, Priſe Pfeffer, ¼ Liter Rahm, 10 Gramm geriebener Käſe, 20 Gramm Butter, 10 Gramm Käſe.

In 6 mit Butter geſtrichene feuerfeſte Förmchen ſchlägt man je 1 friſches Ei. Unter eine mit Butter, Mehl, Milch, Rahm und Salz bereitete dicke Rahmſoße, die 1 Stunde gut gekocht hat, gibt man 1 Stückchen Butter und 10 Gramm geriebenen Parmeſankäſe und gießt die Soße über die Eier. Mit Käſe beſtreuen und auf einem mit Salz oder Sand beſtreuten Backblech im heißen Ofen ¼ Stunde backen laſſen.

Eier auf italieniſche Art. 8 Eier, Peterſilie, 4 Sardellen, 20 Gramm Butter, ½ Liter ſaurer Rahm, 1 Teelöffel Zwiebeln.

Hartgekochte Eier ſchälen, in Hälften ſchneiden und in eine feuerfeſte Platte oder Auflaufform ſetzen. Geputzte Sardellenſtreifen dicht darüber legen, in Butter gedünſtete Zwiebeln und Peterſilie darüberſtreuen und den dicken Rahm darübergießen. Wenn ſie im Backofen einmal aufgekocht haben, anrichten.

Eier mit Tomaten. 6 Eier, 40 Gramm Butter, ½ Kilo Tomaten, Priſe Pfeffer, ½ Eßlöffel Salz, 1 Teelöffel Peterſilie.

Tomaten waſchen, abtrocknen, in nicht zu dünne Scheiben ſchneiden und in eine gebutterte feuerfeſte Form verteilen. Salz und Pfeffer darüberſtreuen, die verquirlten Eier mit Peterſilie darübergießen und 15 Minuten in den heißen Backofen ſtellen.

Spiegeleier mit Nieren und Hirn. 2 Kalbsnieren, 1 Zwiebel, 1 Teelöffel Salz, 1 Kalbshirn, Priſe Pfeffer, 80 bis 100 Gramm Butter, Bratenſoße, ½ Glas Rotwein, 4 bis 6 Eier.

Die Nieren aus einem fertigen Kalbsnierenbraten vom Fett löſen und in Scheiben ſchneiden oder Schweinsnieren verwenden; Hirn waſchen und häuten. Jedes für ſich allein in Butter und Zwiebeln dämpfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf eine Platte 4 bis 6 verlorene Eier (Falleier) oder Spiegeleier, auf in Butter geröſteten Brotſcheiben angerichtet, ſo anordnen, daß man in die Mitte das Hirn gibt, und um die Eier herum die Nieren kranzförmig garniert.

Eier mit verſchiedenen Soßen.

Hartgekochte oder verlorene Eier in einer tiefen Platte mit einer Speckſoße oder mit einer Champignonſoße, Tomatenſoße, Remouladenſoße oder mit einer mit geriebenem Käſe vermiſchten Rahmſoße oder mit einer anderen pikanten Soße übergießen und mit Peterſilie beſtreuen.

Eier nach Lothringer Art. 6 Eier, ¾ Taſſe ſaurer Rahm, 150 Gramm Rauchfleiſch, 100 Gramm Emmentaler Käſe.

Den mageren Speck in dünne Scheiben von 8 Zentimeter Länge und 4 Zentimeter Breite ſchneiden, ebenſo den Käſe. Die Speckſcheiben in kochendem Waſſer einmal aufkochen, abtropfen laſſen und in einer Pfannkuchenpfanne leicht anröſten. Eine feuerfeſte Form mit Butter ſtreichen, mit Speck und Käſe abwechſelnd belegen und vorſichtig 6 friſche aufgeſchlagene Eier darauf verteilen. Um die Eigelb herum den Rahm gießen und die Speiſe 15 Minuten im Backofen aufziehen.

Eier nach Königinart. 6 Eier, Butterſoße von 40 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, ¼ Kilo Kalbsbraten oder ¼ Kilo Hühnerfleiſchreſte, 2 Eigelb, 2 Eßlöffel Wein, Fleiſchbrühe, Rahm, Salz, Muskat, 1 Eßlöffel Zitronenſaft.

Die Butterſoßen mit den angegebenen Zutaten herſtellen und gut durchkochen laſſen. Hühner- oder Kalbfleiſch durch die Maſchine geben oder wiegen mit einigen Löffeln Butterſoße miſchen, mit Wein abſchmecken. Die übrige Soße mit Zitronenſaft würzen, mit Eigelb und Rahm abziehen. In Muſcheln oder kleine feuerfeſte Förmchen den Fleiſchbrei verteilen; in jede ein verlorenes Ei ſetzen, mit Soße übergießen und mit Trüffelſcheiben oder Oliven verzieren. Oder man richtet den Fleiſchbrei auf einer runden, tiefen Platte an, ſetzt die Eier in einem Kranz darum und übergießt mit der Soße.

Eiermuſcheln. 40 bis 50 Gramm geräucherter Lachs, Fleiſchbrühe, 1 Trüffel, 6 Eier, 10 Gramm Butter, Salz, Pfeffer, 30 Gramm Butter.

Lachs und Trüffel in ½ Zentimeter große Würfel ſchneiden und 5 Minuten in heißer Butter dämpfen. Mit 2 Eßlöffel Fleiſchbrühe aufgießen und durchkochen. Aus den übrigen Zutaten Rührei herſtellen. Wenn die Maſſe anfängt, flockig zu werden, vom Feuer wegnehmen und Lachs und Trüffel darunter mengen. In Muſcheln verteilen und ſofort auftragen.

Die folgenden Eierkuchen-Rezepte ſind immer für 1 Perſon gerechnet.

Eierkuchen. 2 bis 3 Eier, Priſe Salz, 1 Eßlöffel Milch, 20 Gramm Butter.

Eier, Milch und Salz gut verquirlen, in einer Backpfanne erhitzen und die verquirlte Maſſe hineingeben. Auf der Herdplatte 3 Minuten anziehen laſſen und 3 bis 5 Minuten im heißen Backofen fertigbacken. Er wird nur auf einer Seite gebacken, die obere bräunt im Ofen. Man ſchlägt ihn beim Anrichten zuſammen. Kann ihn mit gedämpften zarten Gemüſen gefüllt wenden.

Aufgezogener Eierkuchen. 2 bis 3 Eier, Priſe Salz, 10 Gramm Mehl, 20 Gramm Butter, 2 Eßlöffel Milch.

Eiweiß und Eigelb trennen, Eigelb mit Mehl und Milch ſchaumig rühren, Eiweiß zu ſteifem Schnee ſchlagen und darunterheben, backen.

Eierkuchen mit Kräutern (Omelette aux fines herbes).

Zutaten und Zubereitung wie oben, nur gibt man unter die Maſſe 1 Teelöffel fein gewiegte Kräuter (Eſtragon, Kerbel, Peterſilie).

Omelette Lorraine (Eierkuchen Lothringer Art.)

Den Eiern kleine in Rechtecke geſchnittene und in Butter geröſtete Speckwürfel, 25 Gramm fein geſchnittenen Schweizerkäſe, 1 Priſe Schnittlauch, und 1 Löffel Rahm beifügen, backen.

Kräuter-Omelette. (Zum Omelette mit Steinpilzen oder Champignon.) 2 Eier, 1 Eßlöffel Milch, 1 Priſe Salz.

In einer Omelettepfanne zirka 30 Gramm Butterſchmalz heiß werden laſſen, Eier mit Milch und Salz verrühren, in das heiße Schmalz den Teig geben, auf der Herdplatte zirka 2 Minuten anbacken und noch 3 bis 4 Minuten in den heißen Backofen ſtellen, oder man kann auch einfache Pfannkuchen machen, oder feines Omelette von 5 Eigelb, 80 Gramm Mehl, 1 Kaffeelöffel Salz, ¼ Liter Schlagrahm.

Mehl mit etwas Schlagrahm anrühren, Eigelb zu, mit Schneebeſen rühren, Salz beigeben, Eiweiß zu Schnee ſchlagen, Eigelbmaſſe zum Schnee, den übrigen Schlagrahm, in zirka 50 Gramm heißes Schmalz den Teig gießen, auf einer Seite feſt werden laſſen auf der Herdplatte, dann ins Backrohr geben.

Champignon- oder Steinpilz-Haſchee (zur Fülle).

Eine kleine Büchſe Champignon oder Steinpilze fein wiegen, in Butter dämpfen, 1 Eßlöffel feingewiegten rohen Spinat dazu, etwas gewiegten Kerbel und Peterſilie, zirka 5 bis 10 Minuten dämpfen, mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Eßlöffel dieſer Kräuter auf die Omelettes ſtreichen und zuſammenrollen und mit geriebenem Käſe überſtreuen, dazu gibt man Salat und Tomatenſoße.

Hauptgerichte

Turnido.

Von 4 Semmeln die Rinde abreiben, in der Mitte flach auseinanderſchneiden und in Butterſchmalz hellgelb röſten, in Butter gedämpfte, mit gehackter Peterſilie vermiſchte Steinpilze auf die geröſteten Brötchen ſtreichen, darauf eine geſalzene Tomatenſcheibe und ein ausgeſtochenes Spiegelei geben. (Sehr gut als Beilage zu Spinatpudding.)

Tomateneierkuchen. 2 bis 3 Eier, 1 Eßlöffel Tomatenmark, 10 Gramm Mehl, ½ Teelöffel geriebene Zwiebeln, ½ Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 20 Gramm Butter.

Eier trennen. Eierkuchen herſtellen, Tomatenmark mitrühren, Eiſchnee darunterheben, backen, zuſammenſchlagen oder rollen.

Eierkuchen mit ſauren Nieren.

Von 60 Gramm Nieren, ſaure Nieren herſtellen. Eierkuchen backen, dreifach zuſammenſchlagen und die Endkante nach unten auf eine recht heiße Platte legen. In die Oberſeite des Eierkuchens einen Längsſchnitt machen, die Öffnung etwas erweitern und die ſauren Nieren als Fülle hineingeben.

Eierragout.

Quer geſpaltene hartgekochte Eier in Scheiben ſchneiden und Champignons, fein geſchnittene Eſſiggürkchen, in Scheiben geſchnittene Würſtchen dazugeben, das Ganze mit einer mit Zitronenſaft abgeſchmeckten weißen Soße binden und zum Füllen von Paſteten verwenden.

Pikanter Eierſalat.

Man ſchneidet gekochten Sellerie, hart gekochte Eier, Zichorienſtengel und Radieschen in nicht zu dicke Scheiben und würzt dieſen Salat mit Salz, Paprika und etwas verdünnter Mayonnaiſe.

Eierkuchen mit Champignons, Eierſchwämmchen oder Steinpilzen.

Zutaten und Zubereitung genau wie bei Eierkuchen mit ſauren Nieren, nur ſtatt Nieren die in Scheiben geſchnittenen gedämpften Pilze einfüllen.

Eierkuchen mit Schinken.

Wie Eierkuchen, nur gibt man 1 Eßlöffel gewiegten Schinken unter die Maſſe.

Eier im Schlafrock.

Schöne runde Kartoffeln werden ſauber gewaſchen, mit Salz und Kümmel beſtreut und in der Röhre weich gebraten, ſodann teilweiſe ausgehöhlt, mit friſcher Butter ausgeſtrichen, geſalzen und gepfeffert und in jede Kartoffel 1 ganzes kleines Ei geſchlagen. Dann ſtellt man die Kartoffeln auf einem Backblech in die Röhre und läßt die Eier darin halb feſt werden. Die Kartoffeln werden nicht geſchält.

Feiner Eierkuchen.

Speckſcheiben werden in einer Pfanne halbausgebraten und in Scheiben geſchnittene, gekochte kalte Kartoffeln darauf gelegt und mit einem Eierkuchenteig begoſſen. Man kann nach Belieben geriebenen Parmeſankäſe, gehackte Peterſilie, etwas Pilz- oder Fiſchreſte dazugeben. Man ſerviert grünen Salat dazu.

(Pfannkuchen ſiehe unter Mehlſpeiſen.)

Feine gefüllte Eier, kalt. 6 hartgekochte Eier, 1 Eſſiggurke, 60 Gramm gekochter Schinken, 2 Sardellen. Zur Garnitur: 30 Gramm geräucherter Lachs, ½ Eßlöffel Kaviar, 2 kleine Gurken, Kräuter.

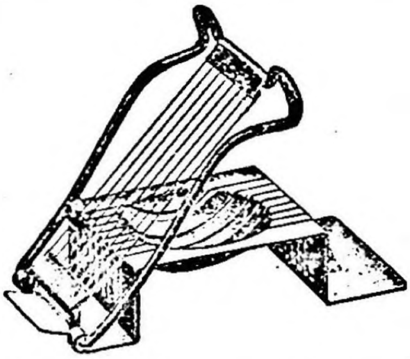
Eier hart kochen, in kaltes Waſſer legen, ſchälen, halbieren. (Je nach Art der Verwendung und Anordnung halbiert man quer oder der Länge nach.) Das Eigelb herauslöſen und durch ein Sieb ſtreichen. Schinken, Sardellen und Gurke ſehr fein wiegen und mit etwas Mayonnaiſe oder Senf und Schnittlauch miſchen. (Nach Geſchmack Maggi-Würze.) Die ausgehöhlten Eihälften damit gehäuft füllen und mit beliebig einfach oder in Formen geſchnittenem Lachs, Gurken, Kaviar und gehacktem Eſtragon oder anderen Kräutern geſchmackvoll garnieren. Auf eine Platte ſetzen und mit einem Kranz von Radieschen, Tomaten, Peterſilie, Salatherzchen garnieren.

Gefüllte Eier, einfach. Zur Fülle: 2 Eßlöffel Öl, Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel Eſſig, ½ Teelöffel Senf, ¾ Teelöffel Peterſilie, 6 harte Eier.

Die wie oben vorgerichteten Eiweißhälften mit den gut verrührten Zutaten, denen das paſſierte Eigelb beigemengt iſt, füllen. Mit Kapern und kreuzweiſe gelegten Sardellenſtreifen oder nur mit Schnittlauch verzieren.

Ruſſiſche Eier. 8 Eier, 20 Gramm Kaviar, ¼ Kilo italieniſcher Salat, Mayonnaiſe von ¼ Liter Öl, 1 Delikateß-Hering, 2 Tomaten, Peterſilie.

Die hartgekochten, geſchälten Eier der Länge nach oder quer durchſchneiden, auf italieniſchen Salat oder Kopfſalat anrichten und mit Mayonnaiſe übergießen. Auf jede Eihälfte ein Häufchen oder Streifen Kaviar legen, mit gerollten oder in Streifen geſchnittenem Hering oder Sardellen, mit Tomaten und Peterſilie garnieren. Sehr hübſch ſieht es aus, wenn man ein etwas zugeſchnittenes Ei in die Mitte ſtellt, eine halbe Tomate wie den Hut eines Fliegenpilzes daraufſtülpt und mit Butter kleine Tupfen daraufſpritzt. Man kann die Mayonnaiſe auch mit allerlei Kräutern miſchen und dann erſt über die Eier gießen. Auch kann man den italieniſchen Salat weglaſſen und die Eier auf einer Unterlage von Kopfſalat anordnen. Ebenſo kann man die Eihälften einzeln oder immer zwei zuſammen auf kleinen Glasſchalen oder Muſcheln anrichten, dieſe als Garnitur für eine große Fühſtücks- oder Vorſpeiſenplatte oder zu kaltem Abendeſſen geben.


„Gebra"-Eierteiler

Geſulzte Eier mit Mayonnaiſe gefüllt. 6 Eier, Mayonnaiſe von 3/8 Liter Öl, Sülze, 1 Sardelle.

Die geſchälten harten Eier mit dem Eiſchneider in Scheiben ſchneiden, dieſe mit Mayonnaiſe beſtreichen, die man mit der gewiegten Sardelle gewürzt hat. Dann die Scheiben wieder in die urſprüngliche Form zuſammenſetzen und in kleine Förmchen oder auch in eine größere Form einſetzen, die mit Sülze ausgegoſſen ſind. Über die Eier wieder Sülze gießen, erſtarren laſſen und ſtürzen.

Frühlingseier in Sulz.

Eine Ringform mit Sulz ausgießen, in Salzwaſſer abgebrühte, erkaltete Blumenkohlröschen, in Formen geſchnittene Karotten uſw. und Tomatenſcheiben darin hübſch verteilen. 6 bis 8 verlorene Eier glatt ſchneiden, in kaltes Salzwaſſer legen und in die Form abwechſelnd mit einer Scheibe Schinken einſetzen. Gewiegte Kräuter darüberſtreuen und das Ganze mit Sulz übergießen. Einige Stunden kalt ſtellen und ſtürzen.

Eierbrötchen mit Mayonnaiſe.

Von hartgekochten Eiern ſchneidet man Scheiben (Eierſchneider) oder hackt ſie, legt ſie auf Brötchen und gibt Mayonnaiſe darüber. Mit Sardellenſtreifen und Kapern verzieren.

Einfache Eierbrötchen.

Eierſcheiben oder gehacktes Ei auf Butterbrötchen mit Schnittlauch beſtreuen oder mit Kapern verzieren.

Paſteten

Vormerkung.

Paſteten werden in Paſteten- oder Tortenformen gebacken.

Der Teig richtet ſich nach dem Inhalt der Paſteten. Zum Einfüllen eines feinen Frikaſſees aus Geflügel- oder Kalbfleiſch oder Brieschen und Hirn nimmt man einen Blätter- oder feinen Butterteig. Soll das Fleiſch in der Paſtete gar werden, verwendet man einen Paſtetenteig.

Als Gewürz nimmt man zu den meiſten Paſteten am beſten das in fertiger Miſchung erhältliche Paſtetengewürz. Paſteten, welche nicht warm oder ganz friſch zubereitet gegeſſen werden, dürfen nicht mit Zitrone oder Eſſig gewürzt werden.

Zu warmen Paſteten und kleinen Blätterteigpaſtetchen reicht man eine pikante Soße, vor allem engliſche Worceſterſoße, zu kalten Paſteten ein kräftiges Gelee. Warme Paſteten und Paſtetchen müſſen ſehr heiß zu Tiſch kommen.

Blätterteig. (Grundrezept.) ¼ Kilo Mehl, ½ Eßlöffel Salz, ⅛ Liter Waſſer, (½ Ei), ¼ Kilo Butter.

Vormerkung.

Die Hauptſache bei der Bereitung von Blätterteig iſt, daß alle Zutaten ſehr kalt gehalten ſind, daß das Mehl fein und trocken und die Butter friſch, fett und feſt iſt. (Margarine läßt ſich ebenfalls verwenden.) Der Teig muß ſehr raſch und an einem kühlen Ort (am leichteſten auf einer Marmorplatte!) gearbeitet werden. Zunächſt wird der Grundteig hergeſtellt, dann die ſogenannten „Touren", von denen 3 bis 4 für Kuchen, 5 bis 6 für Paſteten gerechnet werden.

Zum Grundteig wird das geſiebte Mehl auf dem Nudelbrett mit Salz, Waſſer und Ei (dieſes kann man auch weglaſſen) zu einem glatten Teig wie Nudelteig geknetet und dieſer zum Ruhen recht kalt gelegt. Unterdeſſen wird die Butter in Waſſer ſolange geknetet, bis alle Buttermilch entfernt und die Butter geſchmeidig iſt. Im Sommer läßt man ſie dann in Pergamentpapier auf Eis hart werden. Hierauf wellt man den Grundteig auf dem beſtäubten Brett zu einem halbfingerdicken Viereck aus, legt die zu einem kleineren Viereck ausgewellte Butter darauf; die Ränder des Buttervierecks müſſen ſo weit von denen des Teigvierecks entfernt ſein, daß beim folgenden Zuſammenſchlagen des Teiges über der Butter dieſe ganz bedeckt iſt, aber noch Platz hat, um ſich beim Auswellen noch auszudehnen. Nun wird der Teig der Länge nach halbfingerdick ausgewellt, ſo daß ein ſchmales Rechteck entſteht. Dieſes ſchlägt man dreifach zuſammen, dreht den Teig ſo, daß die drei übereinanderliegenden Teile dem Arbeitenden zuſchauen, wellt ihn wieder aus und ſchlägt ihn nun vierfach zuſammen. Dann läßt man ihn ¼ Stunde ruhen und wiederholt das Auswellen und Ruhenlaſſen, bis der Teig die nötigen Touren hat, deren jede aus zweimal Auswellen und zweimal Zuſammenſchlagen beſteht.

Beim Gebrauch wird der Teig ausgewellt und auf einem mit kaltem Waſſer begoſſenen Backblech gebacken. Der Ofen muß gut heiß ſein und darf in der erſten Vietelſtunde nicht geöffnet werden.

Halbblätterteig. ¼ Kilo Mehl, ⅛ Liter Waſſer (1 Ei), Priſe Salz. Zum Einwellen: 125 Gramm Butter.

Der Halbblätterteig wird wie Blätterteig zubereitet.

Paſtetenteig. (Grundrezept.) 300 Gramm Mehl, 1 Teelöffel Salz, 125 Gramm Butter, (1 Eigelb), ⅛ Liter Waſſer.

Mehl ſieben, Butter in Waſſer kneten. Mit Waſſer und Salz zu einem glatten Teig verarbeiten, bis er ſich von Brett und Händen löſt. Im kühlen Raum ruhen laſſen.

Einfacher Paſtetenteig. 300 Gramm Mehl, 50 Gramm Fett, ⅛ Liter Milch, ½ Ei, 1 Teelöffel Salz.

Verarbeitung wie oben.

Ausbackteig. 125 Gramm Mehl, Priſe Salz, ⅕ Liter Wein oder Bier, 1/10 Liter Olivenöl, 2 Eiweiß.

Mehl ſieben, die übrigen Zutaten darunter arbeiten. Den ſteifen Eierſchnee kurz vor der Verwendung darunter ziehen. Man verwendet den Ausbackteig zum Backen von Apfelküchle, Backhähnchen, Blumenkohl und dergleichen.

Paſteten

Gänſeleberpaſtete. Zum Teig: 300 Gramm Mehl, 1 Teelöffel Salz, 120 Gramm Butter, 1 Eigelb, ⅛ Liter Waſſer, 300 Gramm friſcher grüner Speck, 20 Gr. Salz, 1 Teelöffel Paſtetengewürz, 1 Gänſeleber, 3 Trüffeln, 4 Eßlöffel Madeira. Zum Ausgießen: Fleiſchſulz. Zur Fülle: ¼ Kilo Schweinefleiſch ohne Knochen.

Das Mehl auf dem Wellbrett mit darunter geſchnittener Butter, Salz, Waſſer und Eigelb zu einem glatten Teig verarbeiten und dieſen kalt ſtellen. Eine weiße Gänſeleber ohne Flecken, von der man vorſichtig die Galle entfernt hat, ſoll vor der Zubereitung der Paſtete über Nacht in Milch gelegen haben. Dann häutet man ſie vorſichtig und ſpickt ſie mit den in dünne Scheiben geſchnittenen Trüffeln, indem man mit einem breiten Meſſer in die Leber einſticht und dem Meſſer entlang die Scheiben einſchiebt. Sodann läßt man die Leber 1 Stunde in Madeira liegen. Unterdeſſen wird die Fülle bereitet. Speck und Schweinefleiſch läßt man zuſammen viermal durch die Fleiſchmaſchine laufen, würzt mit Salz, Paſtetengewürz und dem Saft der Trüffeln. Eine gerippte Paſtetenform von 18 Zentimeter Länge wird mit Butter beſtrichen, auf ein Backblech geſetzt und mit dem ½ Zentimeter dicken ausgewellten Teig vollſtändig belegt. Nun füllt man die Hälfte der mit Madeira gewürzten Fülle ein, legt die Leber in die Mitte und füllt den Reſt der Fülle ein. Man wellt den Reſt des Teiges ½ Zentimeter dick aus, ſchneidet in der Länge und Breite der Paſtetenform eine Teigplatte zu. Aus dieſer wird in der Mitte des erſten und letzten Drittels je eine runde Öffnung von 2 Zentimeter Durchmeſſer zum Abziehen des beim Backen ſich bildenden Dampfes geſchnitten. Sodann wird die Teigplatte auf die Paſtete gelegt, der Rand 1 Zentimeter breit mit Eiweiß beſtrichen, der 1½ Zentimeter breite vorſtehende Teig der Wände darüberſchlagen und mit ebenſo breiten Teigſtreifen verziert und die Paſtete mit Eigelb beſtrichen und bei 200 bis 220 Grad Ofenhitze ungefähr 1½ bis 1¾ Stunden gebacken. Hat ſie die gewünſchte Farbe, iſt aber noch nicht ausgebacken, ſo belegt man ſie mit öfters anzufeuchtendem Papier. Wenn die aus den ausgeſchnittenen Öffnungen herauskochende Flüſſigkeit ganz klar iſt, kann man annehmen, daß die Paſtete gar iſt. Nach dem Erkalten gießt man in die Öffnungen am Stocken befindliche Fleiſchſulze ein. Röschen oder andere Figuren, die man aus Paſtetenteig ausgeſtochen und gebacken hat, ſetzt man nun obenauf. Nach 2 Tagen iſt ſie gebrauchsfertig und wird in 1 Zentimeter dicke Scheiben geſchnitten, die mit Fleiſchſulz verziert angerichtet werden.

Wild- oder Filetpaſtete. Teigzutaten wie oben. 625 Gramm Reh- oder Haſenfleiſch. Zum Beizen: ⅛ Liter Wein, ⅛ Liter Eſſig, 1 Schalotte, 2 Nelken, 1 Scheibe Zitrone. Zum Spicken: 30 Gramm Spickſpeck. Zur Fülle: 180 Gramm Schweinefleiſch (Rippe), 125 Gramm Kalbfleiſch vom Schlegel, 125 Gramm Kalbsleber, 180 Gramm grüner Speck, 2 Schalotten, Peterſilie, 2 Eßlöffel Bratenſoße, 1 Eßlöffel Madeira, 1 Eßlöffel Salz, 3 Trüffeln, Priſe Pfeffer, 2 Scheiben Speck, Sulz.

Man benötigt dazu Paſtetenteig in derſelben Menge, Zuſammenſetzung und Zubereitung wie bei Gänſeleberpaſtete angegeben. Man belegt damit eine 25 Zentimeter lange Paſtetenform, die man wie angegeben vorbereitet hat. 2 gehäutete Schweinsfilets oder 625 Gramm Reh- oder Haſenfleiſch werden einen Tag in einer Beize aus Wein, Eſſig und Gewürzen gelegt, dann abgetrocknet, geſpickt, gewürzt und in heißer Butter ¼ Stunde überbraten. Das Fleiſch zur Fülle gibt man dreimal durch die Fleiſchmaſchine, dämpft die Zwiebel und Peterſilie in 40 Gramm Butter hellgelb, dämpft das Fleiſch 5 Minuten mit und gibt die Gewürze zu. In die vorbereitete Form gibt man 1 große Scheibe Speck, ſtreut etwas Semmelmehl darüber, gibt die Hälfte der Fülle darauf, dann die überbratenen Filets oder das Wildfleiſch und den Reſt der Fülle. Fertigmachen und verzieren wie bei Gänſeleberpaſtete angegeben.

Schinkenpaſtete, kalt oder warm. Blätterteig von der Hälfte der Zutaten. 150 Gramm Kalbfleiſch, 100 Gramm Schweinefleiſch, 200 Gramm friſcher grüner Speck, 1 Ei, 1 Eßlöffel Salz, ½ Teelöffel Paſtetengewürz, 150 Gramm gekochter Schinken in Scheiben. Zum Beſtreichen: Eigelb.

Einen Blätterteig herſtellen, der dreimal zwei Touren enthält. Ein Drittel davon 20 Zentimeter lang, 12 Zentimeter breit und ¼ Zentimeter dick auswellen und auf ein naſſes Blech legen. Kalb- und Schweinefleiſch vom Schlegel waſchen, mit dem Speck dreimal durch die Fleiſchmaſchine geben und mit Ei, Salz und Paſtetengewürz gut vermengen. Von dieſem Fleiſchmus ½ Zentimeter dick die Teigplatte beſtreichen, jedoch auf allen 4 Seiten einen 2 Zentimeter breiten Rand frei laſſen. Auf die Fleiſchſchicht Schinkenſcheiben legen, dieſe mit Fleiſchmus bedecken, wieder Schinkenſcheiben darauf geben und ſo fortfahren, bis beides aufgebraucht iſt. Die letzte Lage muß Fleiſchmus ſein. Den Reſt des Blätterteiges auswellen und über die Paſtete breiten. Den vorher mit Eiweiß beſtrichenen vorſtehenden Teigrand auf den entſprechend zugeſchnittenen Teigdeckel kleben, von dem Teigabfall Streifen rädeln und damit die „Nähte“ verkleben und die Paſtete nach Belieben mit Teigſtreifen und ausgeſtochenen Blumen uſw. verzieren. Damit dieſe nicht abrutſchen können, beſtreicht man die darunter liegenden Stellen mit Eiweiß. Zuletzt die Paſtete mit Eigelb beſtreichen und im Backofen bei einer Temperatur von 200 bis 220 Grad Celſius 1 Stunde backen. Wenn eine vor dem Herausnehmen in die Paſtete eingeſchobene Spicknadel ſich heiß anfühlt, iſt die Paſtete gar. Man kann ſie warm oder kalt auftragen.

Hohlpaſtete (Vol au vent). 125 Gramm Butter, 125 Gramm Mehl, ½ Ei, Priſe Salz, 5 Eßlöffel Waſſer.

Aus den angegebenen Zutaten einen Blätterteig herſtellen, dieſen in zwei Teile teilen, von denen der eine ⅓, der zweite ⅔ des Gewichtes beträgt. Das kleinere Stück ⅓ Zentimeter dick auswellen, eine runde Platte in der Größe eines Deſſerttellers abſtechen und auf ein naßgemachtes Backblech legen. Das größere Stück ebenfalls ſtark meſſerrückendick zu einer runden Platte auswellen, die aber im Durchmeſſer 7 bis 8 Zentimeter breiter ſein muß als der Boden. Dann aus weißem ſchmiegſamen Papier, ſogenannten Druckausſchuß, ein zirka 35 Zentimeter großes Quadrat ausſchneiden, dieſes mit ſchmalen, langen Papierſtreifen füllen, die 4 Seiten zuſammennehmen und den erhaltenen Papierſack, den man oben etwas zuſammendrückt, auf den Teigboden ſetzen. Letzterer muß ringsum 1½ Zentimeter breit vorſchauen. Den Rand mit Eiweiß beſtreichen, den Teigdeckel vorſichtig über den Papierſack legen und die äußere Kante auf den beſtrichenen Rand drücken. Den neuen zugeſchnittenen Rand wieder beſtreichen, einen aus Teigreſten ausgerädelten Teigſtreifen darauflegen und die Paſtete mit ausgeſtochenen Blättern und Blumen aus Teig verzieren, deren Unterſeite man mit Eiweiß beſtreicht. Oben um die Mitte der Wölbung mit dem Meſſer, ohne den Teig zu durchſchneiden, einen Deckel einritzen, die ganze Paſtete mit Eigelb beſtreichen und in heißem Ofen bei 200 bis 220 Grad 30 bis 40 Minuten backen. Wie bei allem Blätterteig den Ofen erſt nach 10 bis 15 Minuten öffnen. Iſt die Paſtete fertig, den vorgezeichneten Deckel ablöſen, vorſichtig das Papier aus der Öffnung ziehen und die Hohlpaſtete mit einem feinen Ragout füllen.

Vol au vent Frascati (Blätterteig-Paſteten).

Mit Butter gebundene Spargelſpitzen, dünne Scheiben Hühnerbruſt, in Scheiben geſchnittene Champignons und Trüffel. In Vol au vent anrichten. (Blätterteig-Paſteten.) Auf die Mitte ein Bündelchen Spargelſpitzen ſtellen und dieſes mit einem Kranze Trüffelſcheiben umlegen.

Ragout, fein für Hohlpaſteten. 1 junges Huhn, 1 Kalbsbrieschen, 80 Gramm Champignons. Zur Soße: 80 Gramm Butter, 80 Gramm Mehl, 1 Liter Fleiſchbrühe, 1 Teelöffel Salz, 3 Eßlöffel Wein, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 2 Eigelb, 2 Eßlöffel ſaurer Rahm, 2 Eßlöffel Madeira.

Das nach Vorſchrift vorbereitete Huhn mit kochendem Waſſer überbrühen, damit das Fleiſch ſchön weiß wird und das Huhn in 5 bis 6 Teile ſchneiden. Von Butter, Mehl und Fleiſchbrühe eine weiße Butterſoße herſtellen, mit Wein und Zitronenſaft würzen, die Hühnerſtücke zugeben und 35 bis 40 Minuten dämpfen laſſen. Das gebleichte Brieschen häuten, in größere Würfel ſchneiden und mitdämpfen. Vor Gebrauch die Soße mit Eigelb und Rahm abziehen, mit Madeira würzen und Kalbfleiſchklößchen hineingeben.

Vorgerichte

Kleine Paſteten. Für 12 bis 14 Paſtetchen: ¼ Kilo Blätterteig oder Paſtetenteig.

In 4 bis 6 Touren gearbeiteter Blätterteig von ¼ Kilo Mehl, 125 Gramm Butter, Salz und Waſſer oder Butterteig aus denſelben Zutaten wird ½ Zentimeter dick ausgewellt. Doppelt ſo viel gezackte oder glatte Ringe ausſtechen, als man Paſtetchen braucht, alſo in dieſem Falle 24 bis 28 Stück. Die eine Hälfte auf ein mit Waſſer angefeuchtetes Blech ſetzen und zwar ſo, daß die obere Seite nach unten kommt, den oberen äußeren Rand mit Eiweiß beſtreichen. Dabei iſt zu beachten, daß auf den ſchmalen Seitenrand kein Eiweiß kommen darf, da die Paſteten ſonſt an dieſen Stellen nicht aufgehen und ſchief werden. Aus der zweiten Hälfte mit einem kleinen Ausſtecher die Mitte ausſtechen, ſo daß Ringe entſtehen. Dieſe auf die Paſtetenböden ſetzen, die ausgeſtochenen runden Plätzchen geben die Deckelchen. Sie werden aufs Blech geſetzt und mit Eigelb beſtrichen. Man kann die Deckelchen auch auf die fertigen Paſtetchen ſetzen. Dann ſticht man ein nicht zu kleines Loch hinein, daß Luft entweichen kann und gießt vor dem Anrichten engliſche Soße oder Madeira hinein. Man bäckt die Paſteten 20 bis 30 Minuten in heißem Ofen.

Paſtetchen mit Kalbfleiſch-Fülle (8 bis 10 Stück). Zur Fülle: ¼ Kilo Kalbsbraten, 1 Semmel, 1 Ei, 2 Sardellen, 40 Gramm Butter, ½ Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, Salz, Pfeffer, Paſtetengewürz, Wein, Bratenſoße.

Übrigen oder friſch gebratenen Kalbsbraten zweimal durch die Maſchine geben. In Butter zuerſt Zwiebeln und Peterſilie, dann geweichte Semmel, dann Fleiſch und Ei dämpfen. Mit Wein und Bratenſoße ablöſchen, würzen, gewiegte Sardellen einrühren. Nach Belieben kann man die Fülle mit Hirn oder Bries verfeinern, Champignons oder Trüffelextrakt beifügen, einfüllen, mit Worceſterſhireſoße reichen.

Andere Art:

Das Fleiſch in ſehr kleine Würfel ſchneiden und mit einer feinen, gut abgeſchmeckten Butterſoße, die man mit Championſud auffüllen kann, verrühren und die Paſtetchen damit füllen. Ebenſo ſind Geflügelreſte zu verwenden.

Paſtetchen mit Wildfleiſchfülle.

Verwendet man Wildfleiſch zur Fülle, ſo bereitet man aus 25 Gramm Butter und 25 Gramm Mehl eine mittelbraune Einbrenne, ſchmeckt mit Paſtetengewürz, das man fertig kauft und mit Madeira ab und kocht das Wildfleiſch einmal darin auf. 1 bis 2 Eigelb und zuletzt den Eiſchnee daruntergemiſcht, verbeſſert die Fülle.

Pilz-Paſtetchen. Blätterteig von ¼ Kilo Mehl, ¼ Kilo Tafelbutter, 1 Eigelb, 1 Priſe Salz, ſehr knapp ⅛ Liter Waſſer und 1 bis 2 Eßlöffel Wein.

Zu Paſtetchen wird der fertige Blätterteig nicht zu dünn ausgewellt, 2 gleiche Plätzchen ausſtechen, vom zweiten Plätzchen mit kleinem Ausſtecher einen Ring gewinnen, den man mit Eiweiß auf das erſte Plätzchen aufklebt, Paſtetchen mit waſſerverſchlagenem Eigelb bepinſeln (Eigelb darf nicht herunterlaufen), bei ſtarker Hitze backen. Blätterteig mit feinem Pilzragout füllen.

Pilzragout.

50 Gramm Butter, 30 Gramm Mehl, 1 Zwiebel, mit Gemüſe- oder Pilzwaſſer aufgießen, bis es eine dickliche Soße wird, 1 Stunde kochen, 1 Eßlöffel Kapern, 1 kleingeſchnittene Salzgurke, gewiegte Peterſilie, Salz, 2 in Würfel geſchnittene Kartoffeln beigeben und in Fett gedämpfte Steinpilze.

Paſtetchen mit Ragout fin.

Kalbfleiſch, Zunge, Schinken, nach Belieben Champignons, Trüffel, Gänſeleber, Hirn und Bries, alles in kleine Würfel geſchnitten, werden in eine gut durchgekochte Madeiraſoße gegeben, in Blätterteigpaſtetchen oder Paſtetenförmchen eingefüllt. Man gibt dieſe Fleiſchſorten und Pilze auch in Muſcheln gefüllt, mit einer pikanten Butterſoße als Überzug und in heißem Ofen überbacken. Nach Belieben vorher Butterflöckchen, geriebenen Käſe und etwas Semmelmehl obenauf ſtreuen.

Fiſchmuſcheln. Zur Soße: 30 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 30 Gramm Mehl, 30 Gramm geriebener Käſe, ½ Liter Milch; zum Abrühren 30 Gramm Butter; zum Spritzen: Kartoffelmaſſe.

Man kann Reſte von gekochten Fiſchen verwenden. Man legt zunächſt 4 bis 6 ſchöne Stücke zur Seite und ſchneidet die übrigen in kleine Würfel. Von Butter, Mehl, Milch und Salz ſtellt man eine ſchöne runde Soße her, die man ½ Stunde durchkochen läßt. Dann teilt man ſie in Hälften, miſcht unter die eine die Fiſchwürfel, unter die andere den geriebenen Käſe (Parmeſan) und 30 Gramm friſche Butter. Von Kartoffelmaſſe ſpritzt man nun um 4 bis 6 Muſcheln einen Rand, füllt von der Fiſchſoße hinein, gibt von den Fiſchſcheiben darauf, übergießt mit der zweiten Soße und läßt die Muſcheln in heißem Ofen 20 Minuten aufziehen. Ebenſo verfährt man mit ſonſtigen Reſten.

Käſemuſcheln. 100 Gramm Butter, 1 Teelöffel Mehl, 100 Gramm geriebener Käſe, 1½ Eßlöffel ſaurer Rahm, 4 Eier, ¾ Teelöffel Salz, Priſe weißer Pfeffer.

Butter ſchaumig rühren, Eigelb, Käſe, Salz, weißen Pfeffer oder Paprika, Mehl, dicken ſauren Rahm und zuletzt den ſteifen Eiſchnee daruntergeben. Muſcheln mit Butter beſtreichen, auf ein mit Salz beſtreutes Blech ſtellen und in heißem Ofen oben ſchön braun werden laſſen. Man kann die Maſſe auch in feuerfeſte Förmchen füllen; es gibt 10 Stück.

Käſepaſtetchen. Blätterteig von 80 Gramm Mehl. Zur Fülle: 150 Gramm geriebener Käſe, Salz, 1 Ei, 4 Eßlöffel ſaurer Rahm, 1 Teelöffel Mehl, 1 Eigelb zum Beſtreichen.

Pfitzauf- oder Paſtetenförmchen mit Blätterteig auslegen, Deckelchen ausſtechen. Unter den geriebenen Parmeſankäſe zieht man das Ei, den Rahm, das Mehl und Salz und gießt die Fülle in die Förmchen. Die Deckelchen vorſichtig darüberlegen, den Teigrand etwas andrücken, mit Eigelb beſtreichen und in heißem Ofen backen. (4 bis 5 Stück.)

Römiſche Paſtetchen. Zum Teig: 20 Gramm Mehl, 1 Eßlöffel ſaurer Rahm oder Milch, Priſe Salz, 1 Teelöffel Öl, 1 Ei, Backfett.

In einem engen Gefäß die Zutaten zum Teig anrühren. Die Paſtetenform in heißem Fett gut anwärmen und dann bis zum Rand in den Teig tauchen, vorſichtig herausnehmen und in heißem Backfett goldbraun backen. Durch Klopfen fällt die gebackene Form ab. Man ſtellt die fertigen Teigförmchen warm und füllt ſie kurz vor dem Auftragen mit feinem Ragout von Hirn, Brieſchen, Kalbszunge, Bratenreſten uſw. Auch eignen ſie ſich gut zum Füllen mit jungen Gemüſen zum Braten. Oder mit eingemachten Früchten (Preißel-, Johannisbeeren) gefüllt zu Garnierungen bei Wildbraten.

Vegetariſches Ragout zum Füllen der Paſtetchen. 2 Kohlraben, 1 Blumenkohl, einige Pilze und 125 Gramm Bohnen, ¼ Kilo Spargel, ¼ Kilo grüne Erbſen, 2 gelbe Rüben, feingewiegte Zwiebel, 1 Eßlöffel Kapern, 1 Salzgurke. Zur Soße: 100 Gramm Butter, 60 Gramm Mehl, 1 Zwiebel, ¾ Liter Gemüſewaſſer, ⅛ Liter Milch, 2 Eßlöffel Apfelwein, etwas Zitronenſaft, 1 bis 2 Eigelb, Salz und Pfeffer, gewiegte Peterſilie, 30 Gramm friſche Butter.
Zum Garnieren: Gefüllte Tomaten mit rheiniſchem Salat.

Gemüſe putzen, in kochendes Salzwaſſer geben, weich kochen, jedes für ſich, vorher in Würfel ſchneiden, von den Zutaten helle Einbrenne kochen, legieren, durch Sieb ſtreichen, abſchmecken, Gemüſe beigeben, Kapern, Gurken, Peterſilie, Zwiebeln beigeben und vor dem Anrichten 1 Stück friſche Butter.

Rheiniſcher Salat.

Das Weiße von 3 hartgekochten Eiern, ½ Kilo gekochte Kartoffeln, 2 Salzgurken oder 50 Gramm Eſſiggurken, 1 Zwiebel, einmal kaltgerührte Mayonnaiſe. Angegebene Zutaten mit etwas Eſſigwaſſer vormarinieren, mit der kaltgerührten Mayonnaiſe, der man etwas ſauren Rahm zugibt, miſchen, feingewiegte Peterſilie beigeben.

Eierpaſtetchen. 6 Eier, 40 Gramm Butter, 150 Gramm Schinken, 40 Gramm Mehl, 50 Gramm geriebener Käſe, 4 Eßlöffel Tomatenmark, 20 Gramm Butter, ½ Liter Fleiſchbrühe, Salz, Pfeffer, Wein.

6 mit Butter geſtrichene Taſſen mit Käſe beſtreuen, mit der Hälfte des in kleine Würfel geſchnittenen Schinkens belegen. In jede Taſſe 1 friſches Ei aufſchlagen, den Reſt des Schinkens darauf geben und zuletzt den geriebenen Käſe. Im Waſſerbad 15 bis 20 Minuten kochen, die Paſtetchen auf eine heiße Platte ſtürzen und mit der unterdeſſen bereiteten Tomatenſoße übergießen.

Tomaten gefüllt. 6 große Tomaten, 1 Eßlöffel Fett oder Öl, ½ Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer. Fülle: 15 Gramm Butter, 15 Gramm Mehl, ½ Taſſe Milch, Priſe Salz, 2 Eßlöffel Champignons, 30 Gramm Zunge, ½ Gurke, 1 Teelöffel Semmelmehl, 1 Teelöffel Käſe.

6 große reife, aber feſte Tomaten halbiert man, Kerne und Saft entfernt man vorſichtig. In einer Bratreine läßt man Fett heiß werden, ſetzt die Tomaten-

hälften hinein, beſtreut ſie mit Salz nud Pfeffer und läßt ſie 5 bis 6 Minuten dämpfen. Unterdeſſen bereitet man zur Fülle von Butter, Mehl und Milch eine Soße, ſchmeckt ab und läßt ½ Stunde langſam durchkochen. Dann gibt man die würfelig geſchnittenen Champignons, Zunge und Eſſiggurke darunter. 1 bis 2 Eßlöffel, je nach Größe der Tomaten, in jede Tomatenhälfte füllen, Semmelmehl, Käſe und Butterflöckchen obenauf geben und im Backofen überbacken.

Tomaten, mit Reis gefüllt. 6 große Tomaten, 1 Eßlöffel Fett oder Öl. Zur Fülle: 125 Gramm Reis, ½ Liter Fleiſchbrühe, 25 Gramm Butter, ½ Teelöffel Zwiebeln, 25 Gramm Käſe, Priſe Salz.

Die Tomaten wie oben vorbereiten. In der heißen Butter die Zwiebeln dämpfen, den gebrühten Reis hineingeben, mit Fleiſchbrühe auffüllen und weichkochen. Dann den geriebenen Parmeſankäſe darunterziehen, nach Belieben auch gehackten Schinken oder Zunge, Peterſilie, ſodann die Maſſe in die kurz gedämpften Tomaten füllen. 20 Minuten im Ofen aufziehen laſſen.

Tomaten mit Fleiſchfülle.

Je nach der Menge der vorhandenen Fleiſchreſte eine Anzahl großer feſter Tomaten abreiben. Ein Deckelchen abſchneiden, Saft und Kerne herausſchaben und dieſe in eine kleine Schüſſel paſſieren. Die Fleiſchreſte oder auch nur Schinken verwiegen, in Butter mit etwas Zwiebeln und Peterſilie 5 Minuten dämpfen. Mit ein wenig Fleiſchbrühe, Salz, Paprika, dem Durchgetriebenen des Tomateninhaltes vermengen, mit geriebenem Käſe, Zitronenſaft oder Wein würzen und in die Tomaten füllen. Die Deckelchen auflegen und 20 Minuten im Ofen aufziehen. Als Vorſpeiſe oder Abendeſſen reichen. Als Beigabe gedämpfter Reis oder Salat.

Tomaten mit Käſefülle. 6 Tomaten. Zur Fülle: 10 Gramm Butter, 10 Gramm Mehl, Salz, Pfeffer, 2 Eier, 20 Gramm geriebener Käſe.

Tomaten vorbereiten wie oben angegeben. Zur Fülle Butter ſchaumig rühren, mit Mehl und Eigelb noch 10 Minuten rühren. Geriebenen Parmeſankäſe und den Eiſchnee darunter mengen und in die Tomatenhälften füllen. 20 Minuten in gutem Ofen aufziehen.

Schinkenbrote, gebacken. 1 Kaſtenbrot, 100 Gramm Parmeſankäſe, 100 Gramm Butter, 6 Eier, Salz, 6 Schinkenſcheiben (180 bis 200 Gramm). 100 Gramm Butter zum Backen.

12 paſſende Brotſcheiben in zerlaſſene Butter tauchen und in geriebenem Käſe umwenden. Sodann zwiſchen 2 Brotſcheiben eine paſſende Scheibe von magerem, gekochten Schinken legen, beides feſt zuſammendrücken und die doppelten Scheiben in einer Pfanne in heißer Butter goldbraun backen. Auf jede ein Spiegelei ſetzen und raſch auftragen.

Walliſer-Käſebrote. 1 Kaſtenbrot, Priſe Salz, 125 Gramm Butter, Priſe Paprika, 150 Gramm Cheſter Käſe, Meſſerſpitze Senfmehl.

Von 12 paſſenden ¾ Zentimeter dicken Brotſcheiben ſchneidet man die Rinde ab.

Butter ſchaumig rühren, den gewiegten Käſe und die Gewürze dazugeben, die gerührte Maſſe auf die Brote ſtreichen. Kurz vor dem Auftragen in eine Pfanne legen und 5 Minuten im heißen Ofen aufziehen laſſen.

Morchelomelette.

Sauber gewaſchene, friſche Morcheln werden mit feingeſchnittenen Zwiebeln und Butter gar gedünſtet. Dann rührt man den Saft mit ſaurer Sahne und 1 Eigelb ab. Aus verquirlten Eiern und Rahm bereitet man eine Omelette, ſchneidet ſie der Länge nach auf, füllt die Morcheln hinein, die zum Schluß mit fein gehackter Peterſilie beſtreut werden.

Fleiſchpfannkuchen nach Jägerart. 150 Gramm Wildfleiſch, 30 Gramm Butter, 50 Gramm geriebener Käſe, 4 bis 5 Sardellen, 3 Eßlöffel braune Soße, ½ Teelöffel Kapern, Peterſilie, 2 Eßlöffel Madeira, Salz, Pfeffer. (2 bis 3 Eierkuchen.)

Übriges Wildfleiſch, Sardellen, Kapern und Peterſilie fein verwiegen und in Butter dämpfen. Dazu 2 bis 3 Eßlöffel gut durchgekochte braune Soße, Madeira, Salz und Pfeffer nach Geſchmack und 50 Gramm geriebenen Parmeſankäſe. Die Fülle ¼ Stunde ins Waſſerbad ſtellen und auf die fertigen Eierkuchen ſtreichen. Zuſammenſchlagen oder rollen. Auf dieſe Art kann man mit den einfachſten und feinſten Fleiſchreſten, aber auch von friſchem, gar gedünſteten Fleiſch gefüllte Eierkuchen herſtellen, die ſich zu Vorſpeiſen ebenſo eignen wie zu täglichen Hauptmahlzeiten. Man gibt dann Salat oder junge Gemüſe dazu.

Käſe-Soufflee. 2/8 Liter Milch, 4 Eigelb, 50 Gramm Butter, 100 Gramm geriebenen Parmeſankäſe, 50 Gramm Mehl, Salz, Paprika.

1/8 Liter Milch mit 50 Gramm Butter aufkochen, Mehl raſch dazu, zu einem feſten Teig abrühren, abſetzen und 4 Eigelb, den geriebenen Käſe, Salz, Paprika und 1/8 Liter Milch nach und nach darunter rühren. Dann abkühlen laſſen und den ſteifen Schnee der 4 Eiweiße darunter ziehen. In leer gebackene Paſtetenförmchen (ſiehe Römiſche Paſtetchen) einfüllen und 8 Minuten in ſehr heißem Ofen backen. Man kann die Maſſe auch in eine enge, längliche Paſtetenform einfüllen und backen.

Geflügel-Kroketten (Reſteverwertung). ½ Taſſe gehacktes Geflügelfleiſch, 1 Ei, Rahm, ½ Taſſe gehackte Ochſen- oder Rinderzunge, Semmelmehl, ½ Taſſe Butterſoße, Salz, Muskat, Ausbackfett.

Von übrigem Geflügel die Haut entfernen und das Fleiſch nebſt ungefähr der gleichen Menge Zunge in kleine Würfel ſchneiden. Zu einer Taſſe voll Fleiſch gibt man ½ Taſſe übrige Butterſoße und vermiſcht mit ſaurem Rahm, Salz und Muskat, gibt 1 Ei dazu und ſtreicht die Maſſe auf ein mit Semmelmehl beſtreutes Backblech daumendick auf. Iſt ſie erkaltet und fühlt ſich feſt genug an, ſo ſchneidet man gleichmäßige Stückchen davon ab oder ſticht ſie aus und formt kleine Kugeln davon. Dieſe in Semmelmehl rollen, in Ei tauchen und wieder in Semmelmehl rollen und, in Fett ſchwimmend, ſchön goldbraun backen.

Schinken-, Hirn-, Brieschen-, Wild-, Fiſch-Kroketten.

Auf dieſelbe Art wie Geflügelkroketten kann man auch andere Kroketten herſtellen. Nur nimmt man zu Wildkroketten eine braune Soße mit Wildeſſenz oder Madeira, zu Fiſchkroketten Butterſoße mit halb Fiſchſud, Hirn- und Brieschenmaſſe ſchmeckt man mit Zitronenſaft ab.

Hirn gebacken. 1 großes Hirn, Salz, Pfeffer. Zum Panieren: Ei, Mehl, Semmelmehl.

Ein großes Hirn wird gewäſſert, abgehäutet, ganz oder in 4 bis 6 Stücke geteilt, geſalzen, mit etwas Pfeffer beſtreut, in Mehl, Ei und Semmelmehl umgewendet und in heißer Butter ſchön mittelbraun gebacken.

Hirn nach Jägerart. 1 großes Hirn, Salz, Pfeffer, Ei und Semmelmehl, 40 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Käſe, Madeira, 40 Gramm Mehl, ½ Liter Milch, Priſe Salz, ½ Kilo Steinpilze, Rahm, Käſe, 1 Teelöffel Zitronenſaft, 20 Gramm Butter.

Hirn backen wie oben angegeben. Von Butter, Milch und Mehl eine weiße Soße herſtellen, mit Zitronenſaft, 1 Eßlöffel Madeira, geriebenem Parmeſankäſe und Salz würzen und ½ Stunde gut durchkochen laſſen. Steinpilze, gut vorbereitet, in kleine Scheiben ſchneiden und in der Soße weichkochen laſſen. Eine feuerfeſte Platte oder, falls man das Hirn geteilt hat, ebenſo viele kleine Blättchen mit Butter ſtreichen, Steinpilze und Soße darin verteilen und das gebackene Hirn hineingeben. Dicken, ſauren Rahm darüber gießen, geriebenen Käſe und Butterſtückchen darauf ſtreuen und noch 20 Minuten in den heißen Ofen ſtellen.

Hirnſchnitten. 2 Kalbshirne, 1 Semmel, 1 Ei, 30 Gramm geräucherten Speck, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, ½ Eßlöffel Schalotte, ½ Kaſtenbrot.

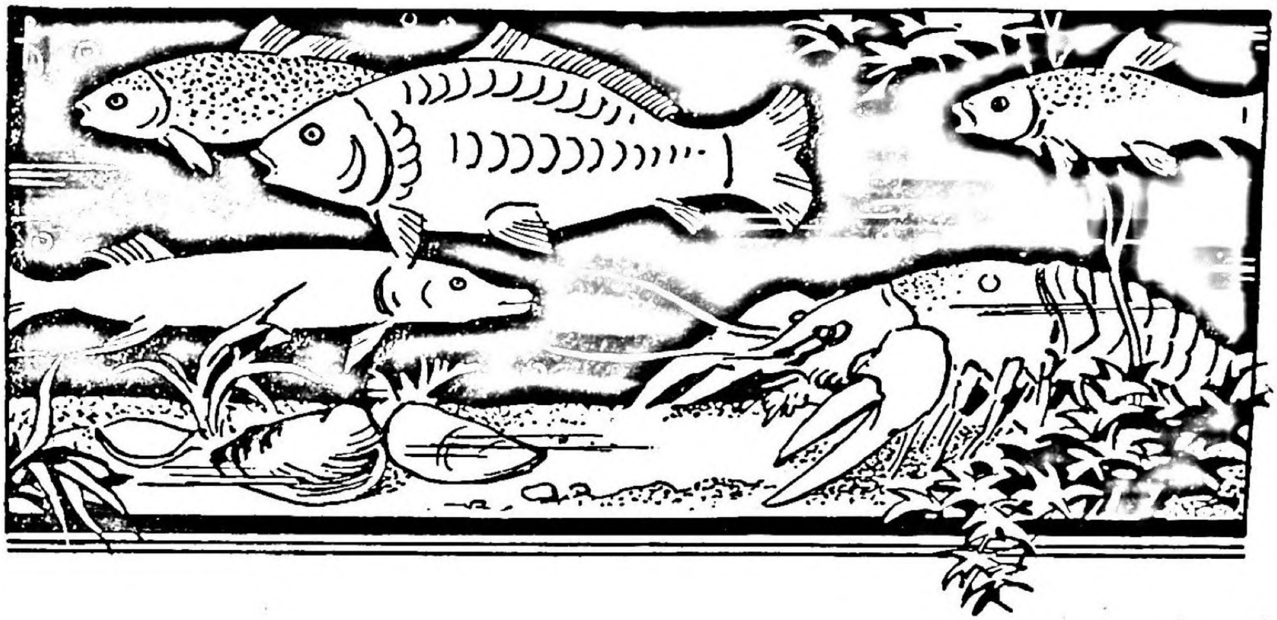
Die vorbereiteten, in Salzwaſſer abgekochten Hirne in kleine Würfelchen ſchneiden, ebenſo den geräucherten Speck. Die Speckwürfel mit den Schalotten ganz hell dünſten. Peterſilie und eine in Milch geweichte und ausgedrückte Semmel dazugeben, zuletzt das Hirn und nach Belieben 1 Ei oder 1 Eiweiß. Weißbrotſcheiben kurze Zeit in Milch weichen, daß ſie nicht zerfallen, dick mit der Maſſe beſtreichen und die ſo vorbereiteten Schnitten auf beiden Seiten, die beſtrichene zuerſt, ſchön goldgelb in Butter backen. Man kann auch den Aufſtrich vorher in Ei und Semmelmehl panieren.

Nierenſchnitten.

Zubereitung genau wie Hirnſchnitten; ſtatt Hirn aus dem Fett gelöſte Nieren aus einem Kalbsnierenbraten.

Schinkenſchnitten.

Schinkenſchnitten bereitet man im ganzen wie Hirnſchnitten. Der Aufſtrich beſteht aus magerem, gekochtem Schinken, den man recht fein hackt, mit Ei (auf 1 Suppenteller gehackten Schinken 3 Eier), etwas geriebenem Zwieback und 1 Priſe Pfeffer vermengt. Maſſe aufſtreichen, weiter behandeln wie Hirnſchnitten.



Fiſche

Als beſonders wertvolles, zum Teil ſogar billiges Volksnahrungsmittel ſind die Fiſche zu nennen. Da ſehr viele Arten auf den Markt gebracht werden, iſt es für die Hausfrau von Wichtigkeit, ſowohl über den Nährwert der verſchiedenen Fiſcharten unterrichtet zu ſein, als auch über die zweckentſprechendſte, geſchmacklich beſte Art der Zubereitung.

1. Frage: Was muß der Hausfrau bekannt ſein über die grundſätzliche Unterſcheidung der Fluß- und Seefiſche, ſowie über die Verwendung einzelner Fiſcharten hinſichtlich der Jahreszeiten?

2. Frage: Worin beſtehen die Vorbereitungsarbeiten für das Kochen, Dämpfen, Braten der einzelnen Fiſchgattungen?

3. Frage: Welche Zubereitungsart ermöglicht die beſte Ausnützung der Nährwerte und welche Art der Zubereitung erzielt den feinſten Wohlgeſchmack?

Mit dieſen Fragen werden wir uns in den folgenden Abſchnitten „Fiſche" beſchäftigen.

Süßwaſſerfiſche

Die Forellen ſind beſonders zart, leicht verdaulich und wohlſchmeckend, was beſonders bei der Krankenkoſt von Wert iſt. In Teichen gezogene erreichen ein Gewicht von 1 Kilo, Bachforellen nur ein ſolches von ½ Kilo. Zum Backen werden auch ſchon Forellen verwendet, welche erſt eine Spanne lang ſind. Am beſten ſind ſolche von 250 bis 375 Gramm.

Die Lachsforellen werden bis zu 15 Kilo ſchwer. Ihr zartes Fleiſch iſt rötlich oder beim Silberlachs weiß und wird ſehr geſchätzt. Es gleicht dem des Lachſes, iſt aber weniger fett und daher auch leichter verdaulich.

Die Saiblinge, die in der Größe den Forellen gleich ſind, haben gelblich-rotes Fleiſch, welches noch zarter iſt als das der Lachsforellen.

Der Lachs oder Salm — Rheinlachs — iſt ſeines ſchön roten Fleiſches und ſeiner Güte wegen der beliebteſte Tafelfiſch.

Der Huchen kommt nur in harten Gebirgswäſſern vor. Das Fleiſch von nicht ſehr alten Tieren iſt ſehr weiß, fein und von gutem Geſchmack. Der Fiſch erreicht ein Gewicht bis 30 Kilo.

Der Karpfen iſt beſſer, wenn er aus Flüſſen, als wenn er aus Teichen kommt. (Wegen des Schlammgeſchmacks.) Solche von 3 bis 4 Kilo Gewicht ſind älteren und jüngeren vorzuziehen.

Der Hecht wird bis zu 20 Kilo ſchwer, doch iſt er am ſchmackhafteſten, wenn er nicht über 3 Kilo wiegt. Er hat feſtes Fleiſch, welches ſich leicht von den Gräten löſt; er iſt für jede Bereitungsart geeignet.

Der Aalfiſch iſt wohlſchmeckend, hat zartes, aber fettes und ſchwer verdauliches Fleiſch und eignet ſich am beſten zum Braten.

Die Äſche — Aſche — Renke — Blaufelchen — ſind äußerſt zarte, wohlſchmeckende, nicht zu fette Fiſche und werden meiſtens gebacken oder gebraten.

Seefiſche

Die gem. Makrelen, Skombri, werden 40 Zentimeter lang und haben feines, wohlſchmeckendes Fleiſch, welches im April-Mai und September-Oktober am beſten iſt.

Der Steinbutt, Rotabo, Turbot, wird bis 15 Kilo ſchwer. Sein Fleiſch iſt in den Monaten Dezember-Januar-Februar am ſchmackhafteſten und wird ſehr geſchätzt. Von großen Fiſchen wird es meiſt nur kiloweiſe verkauft. (Für feine Gerichte.)

Die Seezunge oder Butte, Sfoglia, wird im Dezember-Januar-Februar gefangen, wird 30 bis 35 Zentimeter lang und iſt ein ſehr geſchätzter Tafelfiſch.

Der Kabeljau, Schellfiſch — getrocknet Stockfiſch genannt — iſt friſch einer der beliebteſten Seefiſche. Er iſt am wohlſchmeckendſten von Anfang Oktober bis Mitte Januar und dann wieder April-Mai.

Die Weißlinge, Merlans, müſſen genoſſen werden, wenn ſie noch recht friſch ſind. Sie werden geſotten und gebacken.

Der Thunfiſch, Tono, gehört zu den größten eßbaren Fiſchen und wird meiſt nur kiloweiſe verkauft. Er hat rotes Fleiſch, das wie Rindfleiſch ausſieht, und unterliegt in rohem Zuſtand raſch dem Verderben. Gebratener oder marinierter Thunfiſch kann lange erhalten werden.

Friſche Heringe haben wohlſchmeckendes, zartes Fleiſch und können gebacken, geſotten und auf andere Weiſe zubereitet werden.

Sardellen, die von März bis Juni und im September friſch zu bekommen und ihres zarten Fleiſches wegen ſehr beliebt ſind, können gebacken und gebraten werden.

Süßwaſſerfiſche: Vorbereitung.

Fiſche ſind am wohlſchmeckendſten, wenn ſie bis zum Verbrauch lebend im Waſſer gehalten werden. Beim Einkaufen von See- und anderen getöteten Fiſchen ſoll man ſehr vorſichtig ſein und nur ſolche nehmen, die noch rote Kiemen und klare, hervorſtehende Augen haben. Wenn man das Blut zur Zubereitung braucht, tötet man durch einen Schnitt unter dem Kopf und läßt das Blut in Eſſig tropfen.

Markttafel für Fiſche. Zur Orientierung bei der Speiſenwahl und beim Einkauf.

× bedeutet Schonzeit od. die Zeit, in welcher der Genuß der betr. Fiſche nicht zu empfehlen iſt	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	Auguſt	September	Oktober	November	Dezember
Aal								×				
Aalraupe, Ruſſe		×	×									
Äſche, Aſche			×	×								
Barbe					×	×						
Bärſchling, Barſch				×	×	×						
Brachſe					×							
Forelle, Bach- u. Fluß-										×	×	×
Grundling					×							
Hecht			×									
Huchen			×	×								
Kabeljau, Stockfiſch												
Karpfen				×	×	×						
Lachs					×	×						
Nerfling					×							
Makrele, Naſe					×							
Regenbogenforelle			×	×								
Renke, Blaufelchen											×	×
Saibling										×	×	
Sardelle	×	×	×			×	×	×	×			×
See- und Lachsforelle											×	
Seezunge												
Steinbutte			×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
Stör, Sterlett					×	×						
Wels, Schäiden						×						
Zander od. Schill, Fogaſch				×	×	×						

Große Fiſche können bei kalter Jahreszeit einige Tage abliegen, wozu man ſie ausnimmt und einſalzt. Man muß ſie dann aber vor der Zubereitung einige Stunden in Waſſer legen, damit das Salz auszieht und der Fiſch zum Schuppen erweicht wird. Zander und ähnliche läßt man nach dem Schlachten eine Stunde im Salzwaſſer mit einem Stückchen Eis liegen, damit er beim Kochen nicht reißt. Andere Fiſche wäſcht man nur mehrmals mit friſchem Waſſer. Das Häutchen innen am Rücken und das darunter befindliche Blut wird entfernt. Größeren Seefiſchen wäſcht man Maul und Kiemen mit einem Bürſtchen, um ſich nicht zu verletzen. Um die Schuppen zu entfernen, legt man den Fiſch auf ein naſſes Brett, hält ihn mit einem Tuche am Kopfe feſt und fährt mit einem ſcharfen Meſſer ſo oft vom Schwanze bis zum Kopf, bis alle Schuppen weg ſind, die Haut darf aber nicht verletzt werden. Schleie und ähnliche Fiſche reibt man erſt mit heißem Waſſer ab, dann gehen die Schuppen leichter weg. Will man einem Fiſch die Haut abſchaben, ſo gibt man ihn vorher einige Minuten in ſiedendes Waſſer und taucht ihn dann in kaltes Waſſer. Fiſche, die blaugeſotten werden, ſchuppt man gar nicht. Man ſucht vielmehr den auf der Haut befindlichen Schleim nicht zu verwiſchen, indem man den Fiſch beim Töten nur bei den Halsfloſſen hält und nachher unter Waſſer ausnimmt.

Will man das Fiſchfleiſch aus Haut und Gräten löſen, ſo macht man längs des Rückens und Bauches einen Schnitt, ſchiebt ein feines Meſſer beim Kopfe zwiſchen Fleiſch und Gräten und fährt mit demſelben gegen den Schwanz. Dann trennt man das Fleiſch durch einen Querſchnitt vom Kopfe, legt es mit der Schuppenſeite auf den Tiſch, ſchneidet die Bauchgräte aus, löſt am Schwanzende die Haut des Fiſches ab, ſetzt das Meſſer ſchräg in den dadurch entſtandenen Einſchnitt und zieht die Haut unter dem Meſſer weg. Wenn man einen Fiſch im ganzen zubereitet, ſchneidet man ihn auf beiden Seiten einige Male ein.

Geräucherte Fiſche läßt man in ſiedendem Waſſer liegen, bis ſie recht heiß ſind, worauf man ihnen die Haut leicht abziehen kann.

Die Zubereitung der Fiſche.

Vormerkung:

„Friſche Fiſche, gute Fiſche!" Man erkennt ſie am friſchen Geruch, an den klaren Augen, roten Kiemen und der ſtraffen Haut (Süßwaſſer). Seefiſche indeſſen haben durch das Schmelzwaſſer des Eiſes manchmal trotz beſter Beſchaffenheit trübe Augen und blaſſe Kiemen. Verdorbene Fiſche ſind ſehr geſundheitsſchädlich.

Man wäſcht den Fiſch vor dem Schuppen durch Abbürſten im Waſſer, nach dem Schuppen und Ausnehmen unter laufendem Waſſer oder unter öfterem Erneuern, bis das Waſſer klar iſt, in einer Schüſſel.

Das Ausnehmen geſchieht in der Weiſe, daß man den Fiſch der Länge nach aufſchneidet bis zum Bruſtknochen, die Eingeweide herausnimmt, ohne die Galle zu verletzen, die zähe Haut der Bauchwände und das darunterſitzende Blut ſowie Kiemen und Augen entfernt. (Bei feinen, kleinen Fiſchen entfernt man die Augen nicht.) Durch längeres Wäſſern entzieht man dem Fiſchfleiſch wertvolle Beſtandteile, doch pflegt man Seefiſche einige Stunden vor dem Kochen einzuſalzen und mit Eſſig oder Zitronenſaft zu beträufeln, um ſie milder im Geſchmack zu machen.

Die hauptſächlichſten Zubereitungsarten ſind folgende:

1. Das Kochen (Sieden, Ziehen) in Salzwaſſer (bei Schellfiſch, Steinbutt, Stockfiſch uſw. mit Zugabe von etwas Milch) oder Kochen in der Düte.
2. Das Blaukochen (Forellen, Schleien, Aal, Karpfen uſw.).
3. Das Dämpfen von enthäuteten und entgräteten Fiſchen oder Fiſchſtücken im Fiſchfonds oder Butter.
4. Das Anbacken (Gratinieren).
5. Das Backen in Fett.
6. Das Einſulzen.
7. Die Verwendung von gekochtem, entgräteten Fiſch zu Aufläufen, Kroketten, Vorſpeiſen mit Mayonnaiſe uſw.

Alle Fiſche ſchmecken am beſten, wenn ſie, friſch aus dem Waſſer kommend, geſchlachtet und ſofort zubereitet werden, doch kann man ſie auch in der kühlen Jahreszeit, wenn nicht zu umgehen, 1 bis 2 Tage auf Eis aufbewahren. Flußfiſche ſind feiner als Seefiſche, Fiſche aus klarem Gebirgswaſſer gelten als die wertvollſten.

Das Kochen geſchieht am einfachſten in einem Fiſchtopf mit heraushebbarem Einſatz. Das Waſſer darf gut geſalzen werden, zugegebene Gewürze wie Lorbeerblatt, Nelken uſw. dürfen nicht vorſchmecken.

Kleinere Fiſche und Fiſchſtücke gibt man in das kochende Waſſer, größere in kaltes oder vorgewärmtes. Die Flüſſigkeit ſoll immer über den Fiſch gehen, darf aber nie kochen. Sie ſoll nur ſieden, was man an den aufſteigenden Bläschen erkennt. Stark kochende Fiſche werden trocken und verlieren an Geſchmack. Das Garſein erkennt man daran, daß ſie in der Brühe ſchwimmen und die Floſſen ſich leicht herausziehen laſſen. Größere Fiſche nimmt man nach dem Aufwallen des Waſſers auf ganz kleines Feuer und läßt ſie feſt zugedeckt bis zum Anrichten im Sud liegen.

Fiſche mit einem Schleimüberzug über den kleinen Schuppen kann man blau ſieden. Man hat darauf zu achten, daß man den Schleim nicht abſtreift, da er das Blauwerden bewirkt. Sie dürfen erſt kurz vor dem Sieden geſchlachtet werden. Sie werden nicht geſchuppt und nur mit der naſſen Hand beim Ausnehmen berührt. Man übergießt ſie mit einer Löſung von 1 Teil Eſſig und 5 bis 6 Teilen kochendem Waſſer.

Fiſche können nicht heiß genug aufgetragen und gegeſſen werden. Sie werden am beſten auf einer Serviette auf heißer Platte, mit Peterſilie und Zitronenſcheiben oder -achteln angerichtet. Iſt der Kopf noch daran, ſo gibt man eine Zitronenſcheibe ins Maul.

Kochen in der Düte.

Den Fiſch wie oben angegeben vorbereiten, in eine Pergamentdüte geben, dieſe zukleben und auf den Grill im Bratofen legen. In die Grillpfanne gibt man Waſſer, da der aufſteigende Dampf den Fiſch gar werden läßt. (Braucht gute Hitze, Gas- oder elektriſcher Herd.)

Will man Fiſche dämpfen, ſo häutet und entgrätet man ſie und gibt die Stücke oder die Filets mit Salz und Pfeffer eingerieben in heiße Butter, gießt etwas heißes Waſſer oder Fiſchfond daran und läßt den Fiſch gar dämpfen. Den Fiſchfond erhält man durch Auskochen der gut gereinigten Fiſchabfälle in wenig Waſſer. Man kann den Fiſch auch ohne Butter nur im Fiſchfond dämpfen. Zum Backen nimmt man kleinere Fiſche oder man ſpaltet dickere Fiſche der Länge nach und ſchneidet ſie in Teile. Oder man teilt die ganzen Fiſche in Koteletts. Man wendet Backfiſche vor dem Backen meiſt in Mehl um oder paniert ſie in Ei oder Semmelmehl. Beim Backen werden ſie mit Zitronenſaft beträufelt. Sie werden auf Fiſchpapier mit gebackener Peterſilie und Zitronenſcheiben angerichtet.

Als Einzelſpeiſe gegeben, rechnet man 250 bis 375 Gramm Fiſch auf die Perſon, neben anderen Hauptgerichten gereicht, 125 bis 170 Gramm.

Süßwaſſer-Fiſche

Allgemeines. Flußfiſche ſollen, es ſei nochmals betont, lebend gekauft und friſch geſchlachtet zubereitet werden. Sind ſie beim Einkauf ſchon geſchlachtet, ſo erkennt man zu lange liegende Fiſche an den blaſſen Kiemen, der ſchmierigen Haut und einem unangenehm tranigen Geruch. Solche Fiſche ſind als geſundheitsſchädlich anzuſehen. Beim Kochen von beſonders großen oder alten Fiſchen gebe man ein Stückchen Butter ins Kochwaſſer; es macht ſie weich und blätterig. Die Hauptſache bei der Zubereitung aller Fiſche iſt die richtige Salzmenge herauszufinden (nicht jeder Fiſch braucht gleich viel Salz) und zu merken, wann er gar iſt. Auch Flußfiſche ſollen im allgemeinen nicht auf ſtarkem Feuer kochen (nur ziehen), da ſie ſonſt trocken ſchmecken und die Haut platzt. Die Flußfiſche gibt man meiſt in kochendes Waſſer, das Garſein erkennt man am Schwimmen des Fiſches und daran, daß man die Floſſen leicht herausziehen kann. Zu langes Sieden oder gar Kochen entzieht dem Fiſchfleiſch die beſten Beſtandteile.

Fiſche, die mit Eſſig und Öl oder Mayonnaiſe gereicht werden, laſſe man nicht bis zum Erkalten im heißen Fiſchſud liegen, ſondern man nimmt ſie heraus, bis dieſer kalt iſt, und legt ſie erſt dann wieder in den Sud und ſtellt ſie kalt. Die Fiſche würden ſonſt zu weich werden.

Weißfiſche.

Sie ſind die billigſten Süßwaſſerfiſche, haben die meiſten Gräten und werden am beſten gebacken. Zu ihnen gehört Barſch, Rotauge, Kreßling, Grundeln uſw.

Man putzt und wäſcht ſie, wendet ſie in Milch, dann Mehl um oder zuerſt in Mehl, dann in mit Ei verquirlter Milch und zuletzt in Semmelmehl und backt ſie auf beiden Seiten auf der Pfanne oder ſchwimmend im Fett braun und knuſperig. Als Beilage gemiſchten Salat.

Barſch auf deutſche Art. 1 Kilo Fiſch, 1 Zwiebel, Salzwaſſer, 80 Gr. Butter, 1 Teelöffel Peterſilie.

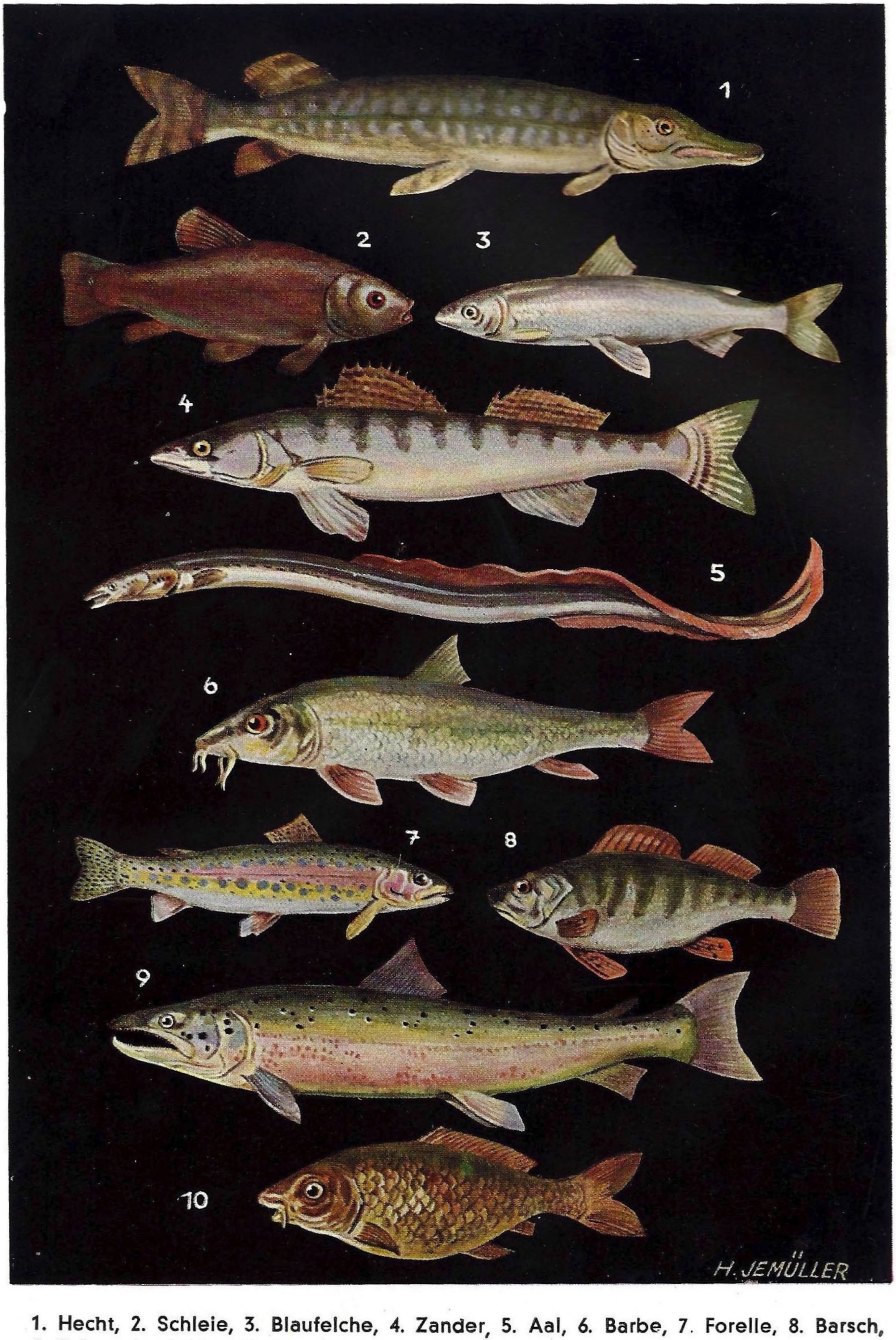
Der Fiſch wird gut vorbereitet, in einen kochenden Sud von entſprechend viel Salzwaſſer (2 bis 3 Liter), Zwiebeln, ganzem Pfeffer, 1 Lorbeerblatt gegeben und ziehen laſſen, bis die Floſſen ſich löſen. In einem Fünftel der Butter läßt man die feingehackte Peterſilie dämpfen, läßt die übrige Butter in einem anderen Pfännchen braun werden und gibt den Fiſch mit den verſchiedenen eigens angerichteten Beilagen und mit Senf zu Tiſch. Man kann ihn auch mit einer ſauren Eierſoße und Kartoffeln reichen.

Karpfen, Schleie oder Barben.

Karpfen ſchmeckt am beſten von Oktober bis April. Die feinſte Sorte iſt der Spiegelkarpfen. Teichkarpfen haben oft einen dumpfen, ſchlammigen Geſchmack. Um dieſen zu entfernen, beträufelt man den Fiſch mit Eſſig oder Zitrone, oder man ſalzt ihn ein, läßt ihn ſo 1 Stunde liegen und wäſcht ihn vor dem Zubereiten ab. Die Schleie gehört zur ſelben Familie und wird wie Karpfen zubereitet. Am beſten von September bis März.

Karpfen oder Schleie, blau zu ſieden. 1 Kilo Fiſch, 2½ Liter Waſſer, 1½ Eßlöffel Salz, ¼ Liter Weißwein, ⅛ Liter Eſſig, 1 Zwiebel, 1 Nelke, 5 Pfefferkörner, 2 Zitronenſcheiben.

Alle blau zu ſiedenden Fiſche werden nicht geſchuppt. Sie müſſen beſonders ſorgfältig geputzt und ausgenommen werden, damit der ihnen anhaftende Schleim nicht entfernt wird, der das Blauwerden bewirkt. Der vorbereitete Fiſch wird auf eine tiefe Platte gelegt und mit warmem Eſſig übergoſſen. Beſſer noch legt man


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
H. JEMÜLLER

1. Hecht, 2. Schleie, 3. Blaufelche, 4. Zander, 5. Aal, 6. Barbe, 7. Forelle, 8. Barsch, 9. Salm oder Lachs, 10. Karpfen

ihn auf den Einſatz eines Fiſchkochers, bindet ihn am Kopf und Schwanz an dieſem feſt, damit er im Sud ruhig liegen bleibt und nicht mehr berührt werden muß. Nun gibt man ihn behutſam in den vorgekochten, warmen Fiſchſud, läßt dieſen bis zum Kochpunkt kommen, zieht den Topf, ohne zu rütteln, auf die Seite (da ſonſt die blaue Schicht abfällt) und läßt ihn noch 15 bis 20 Minuten ziehen. Vorſichtig anrichten und mit zerlaſſener oder gerührter Butter ſervieren.

Karpfen oder Schleie, gedämpft. 1 Kilo Fiſch, 1 Eßlöffel Salz, 40 Gramm Butter, ⅓ Liter Weißwein, ⅛ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Kräuter, 30 Gramm Butter, 20 Gramm Mehl.

Der Fiſch wird geſchuppt, ausgenommen, enthäutet und die Filets ausgelöſt. Mit den Kräutern (Eſtragon, Baſilikum, Peterſilie, Thymian und Zwiebeln) und dem mit Waſſer gemiſchten Wein gibt man ihn in die heiße Butter in eine feuerfeſte Form und läßt ihn zugedeckt 20 Minuten dämpfen. Dann dünſtet man das Mehl in Butter hellgelb, löſcht mit Fiſchbrühe ab und kocht gut durch. Man gibt die Soße mit dem mit Peterſilie und Zitronenſcheiben verzierten Fiſch zu Tiſch.

Karpfen, gebacken. 1 Kilo Karpfen, 1 Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, Zitronenſcheiben, 1 Ei, Mehl und Semmelmehl, Backfett.

Der vorbereitete, ausgelöſte und in Stücke geſchnittene Karpfen wird mit Salz und Pfeffer eingerieben, durchziehen laſſen und nach 1 Stunde in Mehl, Eimilch und Semmelmehl umgewendet. In heißem Backfett knuſperig gebacken und mit gebackener Peterſilie und Zitronenſcheiben verziert.

Karpfen in Braunbier.

Man macht eine Buttermehlſchwitze mit Waſſer und Braunbier zu gleichen Teilen, Salz, Pfeffer, eine mit Nelken beſteckte Zwiebel, Thymian und Lorbeerblatt hinzulegen, 1 Viertelſtunde kochen laſſen und dann das Ganze paſſieren. Nachdem gießt man die Soße auf den in Stücke geſchnittenen Karpfen und läßt denſelben bei kleinem Feuer etwa eine halbe Stunde ziehen. Vor dem Anrichten garniert man ihn mit Zitronenſcheiben.

Ungariſcher Karpfen (Paprikakarpfen. Man kann auch Seefiſch ſo zubereiten).

Den Fiſch ſchuppen und ausnehmen, jedoch nicht waſchen. In kleine Stücke ſchneiden, die größeren Gräten entfernen, die Stücke ſalzen und mit Paprika beſtreuen. In Scheiben geſchnittene Zwiebeln und Tomatenmark (auf 1 Kilo Karpfen 2 mittlere Zwiebeln, 1 Eßlöffel Tomatenmark) in heißem Fett oder Öl anbräunen und mit 2 Taſſen ſaurem Rahm, in dem man 1 Teelöffel Mehl glatt verrührt hat, aufgießen. Das Ganze ½ Stunde dünſten und zum Schluſſe einige Tropfen Zitronenſaft zugeben.

Hecht und Zander.

Allgemeines. Vom September bis Februar ſind Hecht und Zander am beſten. Schwerer als 2½ Kilo haben ſie trockenes Fleiſch. Hechtleber gilt als Leckerbiſſen. Sie wird mitgekocht und beim Anrichten dem Fiſch ins Maul gegeben.

Hecht oder Zander, gekocht. 1 Fiſch von 1½ Kilo, 4 Liter Waſſer, 3 Eßlöffel Salz, Fiſchſudgewürz, ⅛ Liter Eſſig, Peterſilie und Zitronenſcheiben.

Der vorbereitete Fiſch wird rund gebogen, indem man Kopf und Schwanz zuſammenheftet. Das mit Salz und den üblichen Gewürzen verſehene Waſſer läßt man zum Kochen kommen. Den mit warmem Eſſig übergoſſenen Fiſch bringt man nun in den kochenden Sud und läßt ihn an der Seite des Herdes ½ Stunde ziehen. Den hübſch verzierten Fiſch gibt man mit Fiſchkartoffeln, zerlaſſener Butter und rohem Meerrettich oder mit einer Kapernſoße, mit Fiſchſud bereitet, zu Tiſch.

Hecht oder Zander, gedämpft. 1½ Kilo Fiſch, 1 Eßlöffel Salz, 40 Gramm Spickſpeck, 60 Gramm Fett, ⅕ Liter Weißwein, ½ Teelöffel Zwiebeln, Peterſilie, Pfefferkörner.

Fiſch vorbereiten. Speck in feine Streifen ſchneiden und den Fiſchrücken auf beiden Seiten ungefähr 10 Zentimeter breit mit den Streifen ſpicken. Den Fiſch einſalzen und ½ Stunde ſtehen laſſen. Dann mit den angegebenen Zutaten in zerlaſſener Butter etwa ½ Stunde dämpfen. Mit Fiſchkartoffeln, Peterſilie und Zitronenſcheiben anrichten. Man kann auch ſtatt mit Wein mit einem Teiglein aus 15 Gramm Mehl, mit Bratenſaft angerührt, übergießen und dieſes gut mitkochen laſſen.

Hecht oder Zander, gefüllt. 1¼ Kilo Fiſch, 50 Gramm Butter, 1 kleines Glas Wein, 1 Taſſe Fleiſchbrühe. Fülle: 1 Semmel, 1 Ei, Priſe Salz, ½ Teelöffel Zwiebeln, Peterſilie, 3 Eßlöffel Bratenſaft, Muskat, 20 Gramm Butter.

Fiſch vorbereiten, ſchuppen, wenig aufſchneiden oder mit 1 Häkchen vom Maul aus ausnehmen, auswaſchen und einſalzen. Zur Fülle in Butter Zwiebeln, Peterſilie und das geweichte, ausgedrückte Brötchen dämpfen, Ei zugeben, würzen und in den Fiſch füllen. Zunähen und in Butter mit Wein und Fleiſchbrühe dämpfen. Fleißig begießen; nach 25 Minuten etwas Bratenſaft und 1 Stückchen Butter zugeben und nach weiteren 5 Minuten anrichten. Mit der Soße ſervieren.

Hechtſchnitten, überbacken.

Nicht ganz gargekochter Hecht oder Zander (auch andere mittelgroße Fiſche) wird gehäutet, ausgelöſt und in nicht zu kleine Schnitten geteilt. Dieſe ſalzt man, wendet ſie in geriebenem Käſe um, legt ſie in eine vorbereitete Form und gießt eine mit Fiſchſud abgelöſchte Butterſoße darüber. Obenauf ſtreut man Käſe und überbackt das Gericht im heißen Ofen.

Gedämpfter Hecht mit Gemüſen.

Der vorgerichtete Fiſch wird mit einem Gemiſch von Salz, Pfeffer, Majoran, Thymian und etwas Knoblauch gut eingerieben, worauf man ihn 1 Stunde liegen läßt. Dann brät man den Fiſch mit Zwiebeln in heißem Fett halb durch. Indeſſen dünſtet man nudelig Geſchnittenes von Waſſerrüben, Zwiebeln, Sellerie, Lauch, Peterſilienwurzel und 1 Gelben Rübe in Butter dreiviertel fertig, löſcht es mit gutem Weißwein ab, gibt dann den Fiſch dazu und läßt ihn darin gar werden. Beim Anrichten garniert man die Gemüſe ſchön um den Fiſch herum.

Lachs oder Salm.

Allgemeines. Der Lachs wandert im Frühjahr in großen Zügen aus dem Meer in die großen Flüſſe. Das feinſte Fleiſch hat der Rheinſalm, dann folgen Weſer-, Elb- und Oderſalm. Im Herbſt kehrt er wieder ins Meer zurück. Sein Fleiſch iſt ſchön rötlich, fett und ſehr wohlſchmeckend. Der Rheinſalm iſt am teuerſten. Am beſten ſchmeckt Salm im Januar, Februar, März und April. Er iſt meiſt ſo groß, daß man ihn nur ſtückweiſe kauft und zubereitet.

Salm oder Lachs, blau gekocht. 1 Kilo Salm, 3 Liter Waſſer, 2 Eßlöffel Salz, ¼ Liter Weißwein, 1 Glas Eſſig, 1 Zwiebel in Scheiben (Suppengrün), 2 Zitronenſcheiben, 3 bis 4 Pfefferkörner.

Die Zutaten zum Fiſchſud werden mit dem Waſſer ¾ Stunden aufgekocht und durchgeſeiht. Der Salm (Mittelſtück) wird vorſichtig geſchuppt, ausgenommen und gewaſchen und geſalzen, in den wieder zum Kochen gebrachten Fiſchſud gegeben und ½ Stunde ziehen laſſen. Man reicht ihn mit ſchaumig gerührter Butter, mit Holländiſcher oder Kräuterſoße.

Salm, auf dem Roſt gebraten.

Der vorbereitete Fiſch wird in fingerdicke Scheiben geſchnitten, mit Salz und Pfeffer eingerieben und in Olivenöl 1 Stunde mariniert. Dann auf beiden Seiten auf dem gefetteten Roſt gebraten, mit guter Bratenſoße übergoſſen, mit Kräuterbutter beſtrichen und mit Zitrone und Peterſilie verziert.

Forellen.

Allgemeines. Man unterſcheidet Lachs- oder Seeforelle, Bach-, Rot- und Goldforelle. Die Lachsforelle iſt ein Mittelding zwiſchen Lachs und Forelle. Sie iſt im Frühling am beſten, hat rötliches Fleiſch, das weniger fett und daher leichter verdaulich als das des Lachſes iſt. Die Bachforelle iſt am feinſten und im Mai, Juni und Juli am beſten. Sie eignet ſich ihrer leichten Verdaulichkeit wegen als Krankenſpeiſe. Forellen ſollen lebend gekauft, kurz vor der Zubereitung durch einen Schlag auf den Kopf geſchlachtet und im Waſſer ausgenommen werden, damit der Schleimüberzug, der das Blauwerden bewirkt, nicht weggerieben wird.

Forellen, blau gekocht. 4 Forellen (zirka ¾ Kilo), 2½ bis 3 Liter Waſſer, 2 Eßlöffel Salz, ¼ Liter Eſſig, ½ Glas Wein, Zitronenſcheiben, 5 bis 6 Pfefferkörner, ½ Lorbeerblatt, Peterſilie.

Die getöteten und ausgenommenen Forellen mit dem lauwarmen Eſſig übergießen und mit dem Eſſig in den ſiedenden Fiſchſud geben. 10 bis 15 Minuten auf kleinem Feuer ſieden laſſen, herausnehmen und mit etwas kaltem Waſſer beſpritzen, mit Zitronenſcheiben und Peterſilie auf heißer Platte anrichten. Heiße, klare oder Schaumbutter dazu reichen.

Forellen, gebacken. ¾ Kilo Forellen, 1 Ei, ¼ Eßlöffel Salz, Semmelmehl, 23 Eßlöffel Mehl, Backfett.

Die ausgenommenen und ausgewaſchenen Forellen werden auf beiden Seiten meſſerrückendick eingekerbt, geſalzen und in Mehl, Ei und Semmelmehl gewendet. Dann backt man ſie in heißem Backfett ſchwimmend 8 bis 10 Minuten. Mit Zitronenſcheiben oder Peterſilie verzieren und mit Mayonnaiſe reichen.

Forellen, gebraten.

Vorbereiten wie oben. Mit Zitronenſaft beträufeln und ſalzen. Panieren und auf der Pfanne in heißem Fett braten.

Forelle, auf Müllerin Art.

Die vorgerichtete Forelle wird innen geſalzen, in Mehl gedreht und in Butter gebacken. Man garniert ſie mit Zitronenſcheiben, auf die man ein Häufchen Kaviar gibt und ſerviert dazu die Butter und kleine Fiſchkartoffeln.

Felchen.

Felchen werden nur ausgenommen verſchickt. Sie werden hauptſächlich im Hochſommer gefangen. Sie ſind wohlſchmeckend und kommen hauptſächlich im Bodenſee und einigen bayeriſchen Seen vor. Der Rücken iſt blau, der Bauch weiß und die unteren Floſſen gelb.

Felchen, blau gekocht.

Zubereitung wie Forellen.

Felchen, gedämpft. 1 Kilo Felchen, Pfeffer, Weißmehl, 50 Gramm Butter, 1 Teelöffel Zwiebeln, 1 Eßlöffel Salz, Peterſilie, ½ Zitrone, 2 Eßlöffel Weißwein, $^1/_8$ Liter ſauren Rahm.

Die Fiſche ſchuppen, waſchen, die Rückenfloſſe abſchneiden, mit Salz und Pfeffer einreiben. Butter kochend machen, den Fiſch mit der Peterſilie hineingeben und ſofort darin umwenden. 15 Minuten zugedeckt dämpfen. Auf heißer Platte anrichten und mit Zitrone und Peterſilie verzieren.

Blaufelchen, auf Brüſſeler Art.

Die Filets werden geſalzen und in eine feuerfeſte Form gelegt; dann bedeckt man ſie mit Scheiben von Champignons, welche man in Butter angebraten hat, ſtreut darüber geriebenes friſches Weißbrot oder Bröſel, dann geriebenen Käſe, gibt über das Ganze zerlaſſene Butter und bäckt es dann im Ofen ſchön gelbbraun. Vor dem Anrichten ſchmeckt man mit Zitronenſaft ab und beſtreut mit wenig feiner Peterſilie.

Aal.

Allgemeines.

Aal ſoll nur lebend eingekauft werden. Man faßt ihn mit einem Tuch an und ſchlägt ihm den Kopf mehrmals auf einen Stein. Wenn er getötet iſt, zieht man einen Fleiſchhaken durch den Kopf, ſchneidet 1 Zentimeter hinter dieſem ein und löſt die Haut los. Dann befeſtigt man den Fleiſchhaken an der Herdſtange oder dergleichen und faßt die losgelöſte Haut mit einem Tuch und zieht ſie mit feſtem Griff raſch über den Fiſch herunter. Sodann nimmt man ihn aus, entfernt die Floſſen und die Schwanzſpitze und ſchneidet den Fiſch in fingerlange Stücke,

Aal, blau gekocht. ¾ bis 1 Kilo Aal, ½ Lorbeerblatt, 2 Liter Waſſer, 4 bis 6 Pfefferkörner, ³/₈ Liter Eſſig, ¼ Zitrone, 30 Gramm Salz, 1 kleine Zwiebel, Salbei, Thymian, Eſtragon.

Aal nach Vorſchrift vorrichten, mit Salz abreiben und mit heißem Eſſig übergießen. Fiſchſud zum Kochen bringen, den in Stücke geſchnittenen Aal hineingeben und wenn er einmal aufgekocht hat, 25 bis 30 Minuten auf kleinem Feuer ziehen laſſen. Mit Zitronenſcheiben und Peterſilie verziert auf heißer Platte zu Tiſch geben. Eine Salatſoße oder eine Holländiſche oder Kapernſoße dazugeben.

Aal in Salbei. ¾ bis 1 Kilo Aal, 12 bis 14 Salbeiblätter, 1 Teelöffel Salz, 40 Gramm Butter.

Die vorbereiteten Aalſtücke mit Salz und Pfeffer einreiben, mit Zitronenſaft beträufeln und mit Salbeiblättern umbinden. In heißer Butter die Fiſchſtücke ringsum gelb gebraten (30 Minuten). Fäden und Blätter wegnehmen, den Aal auf heiße Platte anrichten und mit heißer Butter übergießen. Mit ausgeſtochenen Fiſchkartoffeln verzieren.

Aal gerollt, gedämpft. ¾ bis 1 Kilo Aal, 1 Teelöffel Zitronenſaft, 40 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, ½ Glas Weißwein, 30 Gramm Butter, 40 Gramm Mehl, 6 Eßlöffel Tomatenmark.

Aal abziehen, Kopf und Schwanz abſchneiden, den Fiſch vom Hals aus ausnehmen. Vorſicht beim Entfernen der Galle! Dann den Aal waſchen, vom Schwanzende aus feſt zuſammenrollen und mit einem Stäbchen feſtſtecken. In einer vorbereiteten Auflaufform den Fiſch mit Salz, Wein und Zitrone 30 Minuten dämpfen laſſen. Inzwiſchen eine Tomatenſoße mit Butter, Mehl, Tomatenmark und der ſich beim Dämpfen bildenden Brühe bereiten und aufkochen laſſen. Beim Anrichten wird der Fiſch damit übergoſſen und mit Fiſchkartoffeln und Peterſilie verziert.

Aal in Rotwein gedämpft. ¾ bis 1 Kilo Aal, 30 Gramm Braunmehl, 40 Gramm Butter, 1 Glas Rotwein, 20 bis 25 Schalotten, 1 Teelöffel Salz, Paprika, ½ Liter Fleiſchbrühe.

In der heißen Butter die in Ringe geſchnittenen Schalotten hell dünſten, das gebräunte Mehl darübergeben, nach 5 Minuten mit Rotwein und Fleiſchbrühe ablöſchen. Die Soße mit Salz und Paprika ½ Stunde zugedeckt auf kleinem Feuer kochen laſſen. Unterdeſſen den Aal abziehen, in 10 Zentimeter lange Stücke ſchneiden, in die fertiggekochte Soße geben und zugedeckt 25 Minuten darin dämpfen laſſen. Beim Anrichten den Fiſch mit den Schalotten verzieren und die Soße dazu reichen.

Aal in feinen Kräutern. ¾ bis 1 Kilo Aal, 1 Handvoll feine Kräuter, 50 Gramm Butter, ³/₈ Liter Weißwein, Salz, Pfeffer, Zitrone, 20 Gramm Mehl.

Der vorbereitete Aal wird in Stücke geſchnitten, mit Salz eingerieben und mit Zitronenſaft beträufelt. Feine Kräuter (Peterſilie, Kerbel, Eſtragon, Thymian, Salbei) wiegen, in Butter dämpfen, den Aal 15 Minuten mitdämpfen, Wein zugießen und alles noch 10 Minuten langſam ziehen laſſen. Mit etwas angerührtem Mehl oder Stärkemehl die Soße ſämig machen oder dieſe auch ohne Mehl über den angerichteten Fiſch geben, wenn ſie erkaltet iſt.

Aal gebacken.

Einen gehäuteten Aal ſchneidet man in Stücke, gibt ſie in kochendes Salzwaſſer und legt ſie nach dem erſten Aufwallen zum Abtropfen auf ein Sieb. Wenn ſie erkaltet ſind, ſalzt man ſie und wendet ſie in Eimilch und dann in Semmelmehl und backt ſie in heißem Fett (am beſten ſchwimmend) braun. Salat oder eine Kräuterſoße dazu.

Aal-Frikaſſee. ¾ Kilo Aal, 1 kleine Zwiebel, 40 Gramm Butter, 8 bis 10 Champignons, 60 Gramm Mehl, 1 Glas Weißwein, Zitrone, Salz, Pfeffer, 1 Eigelb, 2 Eßlöffel ſüßen Rahm.

Den vorbereiteten, in Stücke geſchnittenen Aal mit Salz einreiben, mit Zitronenſaft beträufeln, durchziehen laſſen. Mit Butter, Mehl und geriebenen Zwiebeln eine helle Einbrenne herſtellen, mit Weißwein und Waſſer ablöſchen, mit Zitronenſaft, wenig Muskat würzen, die Champignons und die Aalſtücke zugeben und alles 25 Minuten dämpfen laſſen. Die Soße mit Eigelb und Rahm abziehen und das Frikaſſee in einer Paſtete oder mit Salzkartoffeln anrichten.

Seefiſche

In der heutigen Zeit ſollte viel mehr Seefiſch gegeſſen werden. Er iſt ebenſo nahrhaft und ſättigend als wohlſchmeckend, wenn er richtig zubereitet wird, und hat den großen Vorzug der Billigkeit im Vergleich zu den meiſten Flußfiſchen. Er ſtellt daher eines der wichtigſten Volksnahrungsmittel dar und verdient einen feſten Platz im Wochenküchenzettel. Auch Seefiſchreſte laſſen ſich in der mannigfaltigſten Art verwerten. Das vielfach herrſchende Vorurteil gegen Seefiſche gründet ſich größtenteils auf den Geruch derſelben. Durch gründliches Waſchen, Entfernen der dicken weißen Haut im Innern und kürzeres Einſalzen und durch Beigabe von ſehr viel Salz (zu 1 Liter Waſſer 3 Eßlöffel Salz) ſowie von einem Guß Eſſig und einer Zwiebel zum Kochwaſſer verſchwindet der etwas tranige Geruch. Selbſtverſtändlich darf man Seefiſche nur in Geſchäften mit ſehr großem Abſatz, am beſten in Seefiſchhallen kaufen. Die bekannteſten Arten ſind: Schellfiſch, Kabeljau, Seelachs und Seehecht, Merlans, Makrelen, Knurrhahn, dann Steinbutt, Heilbutt und andere Plattfiſche und nicht zuletzt der Hering.

Schellfiſch gekocht. 1 Kilo Schellfiſch, 3 Eßlöffel Salz, 3 Liter Waſſer, ½ Glas Milch.

Der geputzte gut ausgewaſchene Fiſch wird mit Waſſer, Salz und Milch beigeſtellt und bis zum Kochen gebracht. Dann läßt man ihn auf kleinem Feuer, je nachdem ob der Fiſch dick oder dünn iſt, 15 bis 20 Minuten ziehen. Dann richtet man ihn möglichſt raſch aber vorſichtig auf heißer Platte an und verziert ihn mit Zitronenſcheiben und Peterſilie.

Kabeljau, Seelachs und Seehecht gekocht.

Zubereitung wie Schellfiſch. Hat man Fiſchſtücke, ſo ſetzt man ſie in heißem oder kochendem Waſſer zu, damit die Poren ſich ſchließen und der Fiſchfleiſchſaft nicht ausfließt.

Schellfiſch (Seelachs, Seehecht, Kabeljau) gedämpft. 1 Kilo Fiſch, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel Salz, 50 Gramm Fett, Priſe Pfeffer, 3 Eßlöffel Milch, 1 Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, 2 Eßlöffel Wein.

Den geſchuppten, ausgenommenen und gut gewaſchenen Fiſch mit Salz, Pfeffer und Zitronenſaft einreiben und eine Zeitlang durchziehen laſſen. In einer Bratpfanne Zwiebeln und Peterſilie in Fett dämpfen, den Fiſch oder die Fiſchſtücke hineingeben und gleich im Fett umwenden. Dann in den heißen Backofen ſtellen, Milch oder ſauren Rahm und Wein über den Fiſch gießen und unter fleißigem Begießen noch ¼ Stunde dämpfen laſſen.

Ausgelöſter Schellfiſch (Seelachs, Seehecht, Kabeljau) gedämpft. 1 Kilo Fiſch, 40 Gramm Butter, Fiſchſud, Salz, Zitronenſaft, 40 Gramm Mehl (¼ Liter Rotwein).

Der vorbereitete Fiſch wird enthäutet. Dann ſchneidet man längs der Rückenmitte mit dem Meſſer ein und löſt dem Gerippe entlang vorſichtig das Fleiſch los. Das Gerippe und die Haut kocht man mit Gewürz und wenig Waſſer aus. (Fiſchfond.) Das Fiſchfleiſch wird in einige größere Stücke geſchnitten, geſalzen, gepfeffert und mit Zitronenſaft beträufelt, auf einer Platte durchziehen laſſen. In der Butter dünſtet man das Mehl hellgelb, löſcht mit Fiſchſud ab, gibt nach Belieben Rotwein zu und läßt die Fiſchſtücke in der Soße 10 Minuten dämpfen und richtet die Speiſe mit Fiſchkartoffeln, mit Peterſilie und Zitronenſcheiben an.

Schellfiſch mit Tomatenſoße.

Zubereitung wie oben, nur gibt man zur Soße 2 Eßlöffel Tomatenmark. Will man ſich weniger Mühe machen, ſo kann man den Fiſch ſieden, enthäuten und entgräten und in der Soße anrichten.

Schellfiſch gedämpft, andere Art. 1 Kilo Fiſch, 50 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel ſaurer Rahm, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 10 bis 20 Gramm geriebener Käſe, 1 Teelöffel Peterſilie, 1 Eßlöffel Semmelmehl.

Vorbereiten des Fiſches wie oben. Die gewürzten Fiſchſtücke legt man auf eine feuerfeſte Platte, die mit Butter ausgeſtrichen iſt. Obenauf gibt man die feingewiegte Peterſilie, den geriebenen Käſe, dicken ſauren Rahm, Semmelmehl und Butterflöckchen und dämpft den Fiſch 20 Minuten im heißen Backofen.

Schellfiſch, geſpickt und gedämpft. 1 Kilo Fiſch, 70 Gramm Fett (Butter), 20 Gramm Spickſpeck, 1 Teelöffel Peterſilie, 1 Eßlöffel Salz, Pfeffer, 5 Eßlöffel Wein.

Den vorbereiteten Fiſch auf der einen Seite enthäuten und mit Speckſtreifen ſpicken. In eine Bratpfanne mit heißem Fett ſo hineinlegen, daß die geſpickte Seite nach oben zu liegen kommt. 15 Minuten in heißem Backofen dämpfen laſſen, dann mit Peterſilie beſtreuen, mit Wein begießen und noch 10 Minuten dämpfen laſſen.

Schellfiſch mit Kräutern. Der wie üblich geſottene Fiſch wird auf einer heißen Platte angerichtet und mit einer Miſchung von 2 Eßlöffel ſchwachem Eſſig oder Zitronenſaft, 3 Eßlöffel Öl, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer und 2 Eßlöffel verwiegten Kräutern wie Peterſilie, Dill, Eſtragon, Schnittlauch, Schalotte uſw. übergoſſen und mit Salzkartoffeln gereicht.

Schellfiſch (Seelachs, Seehecht, Kabeljau) gebacken. (Fiſchkotelette.) 1 Kilo Fiſch, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel Salz, 2 Eßlöffel Mehl (1 Ei), Priſe Pfeffer, 3 Eßlöffel Milch, Semmelmehl, Backfett.

Zum Backen verwendet man kleine Fiſche oder man entfernt bei großen die Haut, ſchneidet das Fleiſch vorſichtig vom Gerippe und teilt es in Stücke. Oder man enthäutet ſie und hackt, ohne das Fiſchfleiſch auszulöſen, Koteletten ab. Bei letzterem Verfahren empfiehlt es ſich, erſt von den abgehackten Stücken die Haut und Eingeweide zu entfernen, da ſie ſonſt leichter zerfallen. Vor dem Backen läßt man den Fiſch 1 Stunde mit Zitronenſaft beträufelt ſtehen, um ihm den ſtrengen Geſchmack zu nehmen. Dann reibt man ihn mit Salz und Pfeffer ein, wendet ihn in mit Milch verquirltem Ei oder nur in Milch und dann in Mehl, mit Semmelbröſel vermiſcht, um und backt ihn in heißem Backfett recht knuſperig. Man kann ihn auch zuerſt in Mehl, dann in Eimilch und zuletzt in Semmelmehl umwenden. Auch gebackener Fiſch kann nicht heiß genug aufgetragen werden. Kartoffelſalat und grüner Salat wird dazu gegeben.

Seefiſche, auf dem Gasroſt gebacken. 1 Kilo Fiſch, 1 Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, 30 Gramm Butter.

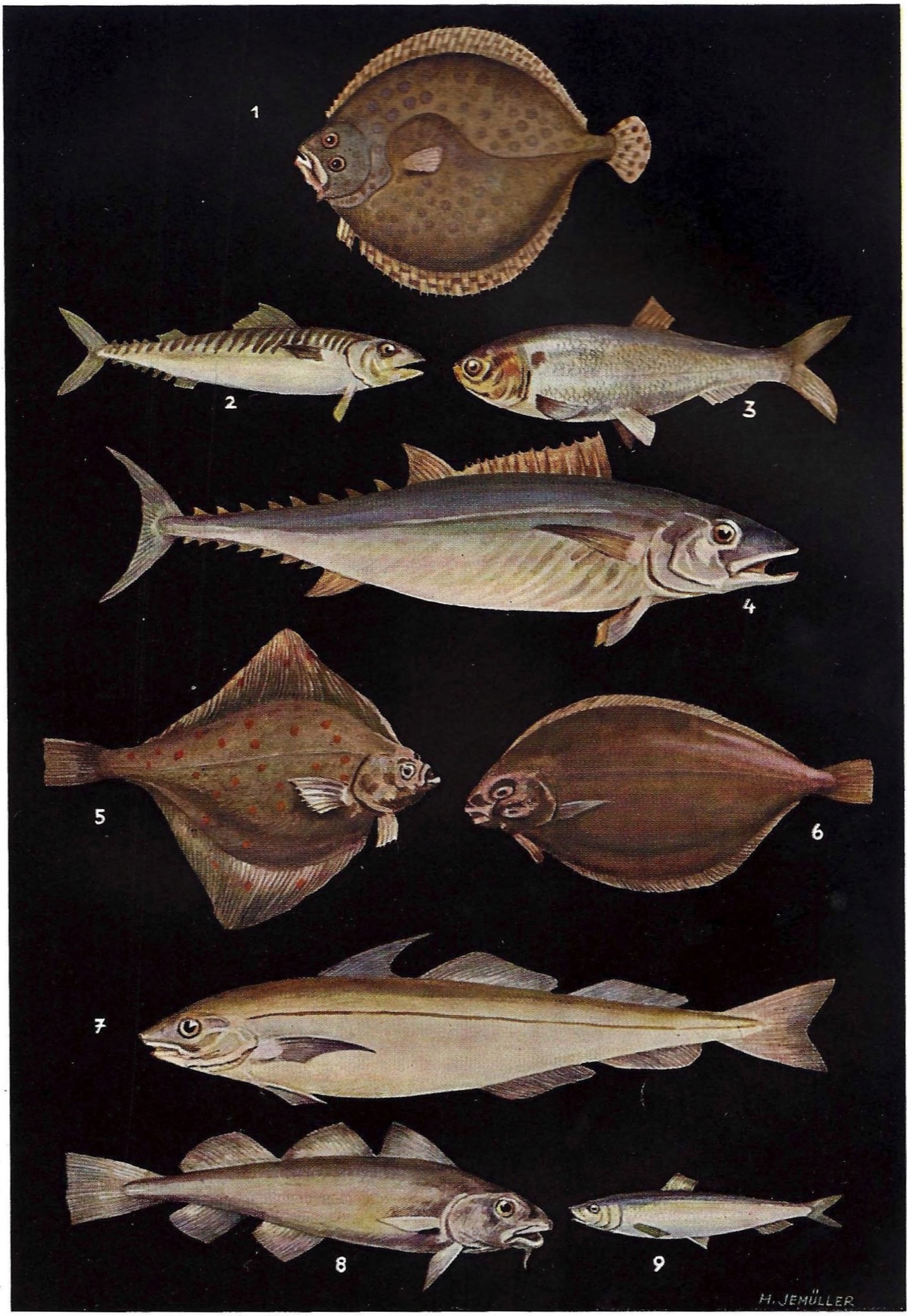
Der vorbereitete Fiſch wird geſalzen, und wenig gepfeffert auf den ſo hoch als möglich geſtellten Roſt gelegt. Bei groß geſtellter Flamme läßt man ihn 5 bis 8 Minuten heiß werden, überpinſelt ihn dann mit Fett oder Butter und wendet ihn nach 5 Minuten vorſichtig um. Mit der anderen Seite verfährt man ebenſo. Wenn der Fiſch am Aufbrechen iſt, iſt er fertig und wird mit Kartoffelſalat oder mit einer Mayonnaiſe aufgetragen. Auch Fiſchſtücke von großen Seefiſchen kann man auf dieſe Weiſe braten, nur fettet man dann den heißen Roſt vorher ein.

Schellfiſche gedämpft.

Die Fiſche werden gereinigt, der Kopf abgenommen und mit Salz und Pfeffer eingerieben. Nun bereitet man aus den Köpfen eine Brühe, läßt in einer Pfanne etwa 100 Gramm Butter zerlaufen, verrührt ſie mit 25 bis 30 Gramm Mehl, legt die Fiſche mit dem Bauch nach unten hinein, beſtreicht den Rücken mit einem guten Eßlöffel voll Senf, den man mit dem Saft einer Zitrone verrührt hat, legt Zwiebelſcheiben darauf, gießt darüber etwa $^1/_5$ Liter von der Fleiſchbrühe, deckt das Geſchirr zu und gibt es in das mittelheiße Rohr. Nach etwa 10 bis 15 Minuten begießt man die Fiſche mit der Soße und läßt ſie noch 10 Minuten dünſten, worauf ſie gar ſein werden. Man richtet die Fiſche auf gut gewärmter Platte an, ſchmeckt die Soße mit Maggi-Würze ab und gibt ſie darüber oder in einer Schale dazu. Gemüſe und Salzkartoffeln werden dazu ſerviert.

Gedünſtete Seefiſche.

Dazu nimmt man am beſten verſchiedene Arten von Fiſchen. Die gereinigten Fiſche werden geköpft, in drei bis vier fingerbreite Stücke geſchnitten und einge-


1
2
3
4
5
6
7
8
9
H. JEMÜLLER

1. Steinbutt, 2. Makrele, 3. Maifisch, 4. Thunfisch, 5. Scholle, 6. Seezunge, 7. Schellfisch, 8. Kabeljau, 9. Hering

ſalzen; nach Belieben reibt man ſie zuerſt mit einer Miſchung von Maggi-Würze und Zitronenſaft ab. (Nimmt den Seegeſchmack vollſtändig.) Die Köpfe und ausgelöſten Gräten ſtößt man fein, übergießt ſie mit lauem Waſſer und ſeiht dies dann über die Fiſchſtücke. Nun läßt man in Butter oder Öl feine Peterſilie und Zwiebelringe anlaufen, gibt dazu 1 Zehe Knoblauch, 1 Lorbeerblatt, etwas grob mit Zitronenſchale geſtoßenen Pfeffer, legt darauf die Fiſche, gibt noch ſo viel Waſſer zu, daß ſie bedeckt ſind und dünſtet ſie gar. Wenn ſie faſt fertig ſind, kann man nach Belieben ½ Würfel von Maggis Tomatenſuppen dazu geben oder auch etwas von friſchen, gekochten und paſſierten Tomaten. Man gibt dazu gedünſteten Reis.

Merlans, gedämpft. 1 Kilo Fiſch, 1 Eßlöffel Salz, Muskat, 1 Eßlöffel Kräuter, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, Priſe Pfeffer, 3 Eßlöffel Semmelmehl, 60 Gr. Butter, 4 Eßlöffel Weißwein.

Fiſche putzen, waſchen, Floſſen abſchneiden und quer über den Körper mit Einſchnitten verſehen. Küchenkräuter wie Peterſilie, Eſtragon, Dill uſw. in Butter dämpfen und in eine beſtrichene Pfanne geben. Den Fiſch darauf legen und mit Pfeffer, Muskat und Semmelbröſel ſowie mit Butterflöckchen beſtreuen und mit Wein übergießen. In den heißen Backofen ſtellen, bis er oben ſchon gebräunt und gar iſt (½ Stunde). Dann mit Zitronenſaft beträufeln und ſofort auftragen.

Stockfiſch, gekocht. 1 Kilo Stockfiſch, 4 Liter Waſſer, ½ Taſſe Milch, Salz, 1 Eßlöffel Zwiebeln, 50 Gramm Fett.

Der gut gewäſſerte, geputzte Fiſch, am beſten Mittelſtück, wird mit kaltem Waſſer, dem man Milch beigeben kann, aufgeſetzt und langſam bis zum Kochpunkt gebracht. Dann läßt man ihn auf kleinem Feuer noch ungefähr 15 Minuten ziehen. Um ihm den unangenehmen Geruch zu nehmen, gibt man in das heiße Kochwaſſer einige glühende Holzkohlen, die man mit dem Schaumlöffel herausnimmt, wenn ſie oben ſchwimmen. Dann nimmt man den Fiſch heraus, löſt das blätterige Fleiſch los, beſtreut es mit feinem Salz und beträufelt es mit etwas Fiſchſud, damit das Salz eindringt. Vor dem Anrichten gießt man den Sud ab und gießt in Butter goldgelb gedämpfte Zwiebeln über den Fiſch. Man reicht Sauerkraut und Salzkartoffeln dazu.

Makrelen, gekocht.

Sie werden in der üblichen Art vorbereitet und gekocht. Man muß nur gut darauf achten, daß ſie nicht zu weich werden, da ſie beſonders weiches Fleiſch haben. Zu Tiſch mit Sardellenbutter oder Fiſchſoße.

Plattfiſche.

Allgemeines. Zu den Plattfiſchen gehören: Steinbutt, Seezunge, Rotzunge, Scholle, Flunder und Heilbutt. Die drei letzteren ſind winderwertiger als die übrigen. Steinbutt und Seezunge ſind die feinſten Plattfiſche. Sie haben ein beſonders feines, ſehr geſchätztes Fleiſch und ſind teurer als alle anderen Seefiſche. (Beſte Zeit für Steinbutt September bis Mai.)

Steinbutt, Seezunge, Rotzunge, Schollen, Flundern, Heilbutt, gekocht.

Man nimmt am beſten mittelgroße Fiſche. Man benötigt einen Fiſchkeſſel, in den man den Fiſch ganz hineinlegen kann, oder man muß den Fiſch vor dem Sieden der Länge nach ſpalten. Beim Herrichten des Steinbuttes entfernt man die Haut, indem man den Schwanz einen Augenblick in kochendes Waſſer hält, die Haut an demſelben mit einem ſpitzen Meſſer etwas löſt und dann mit Hilfe eines rauhen Tuches ſehr ſchnell, aber vorſichtig, bis zum Kopfe abzieht. Dann macht man an der braunen Seite am Kopf Einſchnitte und nimmt von hier aus den Fiſch aus und ſchneidet den Kopf ſchräg ab. Die Floſſe ſtutzt man mit einer Schere zu. Den gut gewaſchenen Fiſch legt man mit der weißen Seite nach oben in den Keſſel, gibt kaltes Waſſer darüber und das nötige Salz, ſowie Eſſig oder 1 Glas Wein, Pfefferkörner, auch Suppengrün, und läßt ihn zum Kochpunkt kommen. Dann zurückſtellen und ziehen laſſen. Ein Steinbutt von 1½ bis 2 Kilo braucht ungefähr 30 bis 40 Minuten. Oder: Man zieht die Haut nicht ab, reibt den Fiſch auf beiden Seiten mit Salz tüchtig ab, um den Schleim zu beſeitigen, und reibt ihn nach dem Waſchen und Abtrocknen mit Zitrone ein. Dann ſiedet man ihn wie oben.

See- oder Rotzunge, gekocht. Zu 1 Kilo Fiſch 3 Liter Waſſer, 2 Eßlöffel Salz, 2 Eßlöffel Eſſig oder Wein.

Vor- und Zubereitung ſiehe oben. Siedezeit nach dem Aufwallen 10 Minuten.

See- oder Rotzunge, gedämpft. Zu 1 Kilo Fiſch 50 Gramm Fett, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, 1 Teelöffel Zitronenſaft, 1 Teelöffel Kräuter (einige Champignons, 3 Eßlöffel Semmelbröſel, 3 Eßlöffel Weißwein, 10 Gramm Käſe.

Der vorbereitete Fiſch wird ½ Stunde vor der Zubereitung mit Zitrone eingerieben. Dann legt man ihn in eine vorbereitete feuerfeſte Form, ſtreut die Zutaten darüber und belegt den Fiſch mit Butterflöckchen und begießt ihn mit Wein. Er muß ½ Stunde dämpfen.

See- oder Rotzungenrollen.

Die abgezogenen Zungen mit einem ſcharfen Meſſer vom Gerippe löſen. Die erhaltenen Hälften in Milch legen. Nach ½ Stunde mit Salz und Zitrone einreiben, von der Spitze an zuſammenrollen. In eine vorbereitete Form legen und mit Schalotten, geriebenem Käſe beſtreuen, Rahm und Wein darübergeben, dann verzupfte, abgeriebene Semmelſtückchen und Butterflöckchen darauf. 30 Minuten im heißen Backofen dämpfen. Statt Schalotten kann man Champignons nehmen.

Seezunge, gebacken.

Das ausgelöſte Fleiſch von Seezunge (Rotzunge) in 5 Zentimeter lange Stücke teilen. Dieſe in geſalzene Milch legen, nach ½ Stunde abtropfen laſſen, in Mehl, dann in Eimilch wenden und 5 Minuten in heißem Fett backen. Die Stücke auf Brotſcheiben entfetten und mit Mayonnaiſe oder Salat anrichten.

Rot- oder Seezunge nach Colbert.

Die Fiſche werden nach dem Putzen enthäutet und rechts und links von der Rückenmitte etwas vom Gerippe gelöſt, damit die beim Anrichten über den Fiſch gegebene Kräuterbutter eindringen kann. Man legt ſie ½ Stunde in geſalzene Milch, wendet ſie nach dem Abtropfen in Mehl, Eimilch und Semmelmehl und backt ſie 8 bis 10 Minuten in ſehr heißem Fett, legt ſie auf eine heiße Platte und ſpritzt mit dem Spritzſack Kräuterbutter in die Rückenöffnung.

Seefiſch-Frikaſſee.

Das ausgelöſte Fleiſch von Seefiſchen irgend welcher Art wird in Stücke geteilt und 1 Stunde lang mit Salz beſtreut ſtehen gelaſſen. Dann dämpft man ſie in Butter (zu 1 Kilo Fiſch 30 Gramm Butter) halb weich. Mit dem Sud der ausgekochten Gräten uſw. löſcht man eine Butterſoße ab, würzt mit Pfeffer, Zitronenſaft und Muskat und nach Belieben mit Wein, Krebs- oder Kräuterbutter und verziert mit Fiſchklößchen.

Andere Art (Reſteverwertung).

Man ſtellt aus der der Fiſchfleiſchmenge entſprechenden Menge Butter und Mehl (zu 1 Kilo Fiſchfleiſch 30 Gramm Butter, 30 Gramm Mehl) eine Butterſoße her und läßt die Fiſchreſte darin heiß werden. Mit Zitronenſaft abſchmecken, nach Belieben mit Eigelb und Wein abziehen.

Schollen und Flundern.

Zubereitung wie Seezungen. Sie ſind billiger wie dieſe, aber bei guter, genauer Zubereitung ſehr gut.

Heilbutt.

Zubereitung wie Steinbutt. Weit billiger, auch trockener ſchmeckend.

Makrelen mit Wein gedämpft. 1 Kilo Makrelen, 60 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Mehl, 1 Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, Muskat, ⅓ Liter Weißwein, 1 Teelöffel Senf.

Butter in Mehl hell dämpfen, mit Wein ablöſchen, würzen und die Fiſche in die glatte Soße geben und 15 Minuten dämpfen laſſen. Zuletzt mit Senf abſchmecken.

Knurrhahn (Petermännchen), gekocht.

Wie üblich vorbereiten und ſieden; mit brauner Butter auftragen.

Knurrhahn, gedämpft.

Man ſtellt eine braune Soße her, läßt ſie 1 Stunde kochen und würzt ſie dann mit Wein, Maggi-Würze, Zitronenſaft, gibt in Streifen oder klein geſchnitten gelb gedämpfte Zwiebeln dazu und ſetzt die Fiſche nebeneinander hinein, deckt ſie zu und läßt ſie ½ Stunde dämpfen.

Grüne Heringe, gebacken.

Putzen, waſchen, backen wie Weißfiſche.

Matjesheringe.

Die ſehr zarten, jungen Heringe werden geputzt, ausgenommen und von der Bauchhöhle aus das Rückgrat und die Kiemen herausgenommen. Die Fiſche müſſen dabei ganz bleiben. Auf einer mit Rebenblättern oder mit Eisſtückchen belegten Platte richte man die Heringe aufrecht an, belegt ſie mit Zwiebelringen und reicht ſie mit grünen Bohnen oder mit neuen Schalenkartoffeln und mit friſcher Butter.

Salz-Heringe, mariniert. 6 Salz-Heringe (Holländer, Milchner), 1 Zwiebel, ¼ Zitrone, 4 Nelken, 4 Pfefferkörner, ½ Lorbeerblatt, ½ Liter Eſſig, ¼ Liter Milch.

Die Heringe (man mariniert meiſt eine größere Anzahl, da ſie ſich im Winter längere Zeit aufheben laſſen) werden ungeputzt 12 bis 24 Stunden gewäſſert, von der Haut befreit, entgrätet und lagenweiſe in eine Heringsſchüſſel oder ſonſtige Porzellanſchüſſel gelegt. Zwiſchen die Lagen gibt man die Gewürze, Zwiebeln und Zitrone in Scheiben. Dann gibt man die Heringsmilch durch ein Sieb, rührt ſie mit mildem Eſſig glatt und gießt ſie über die Heringe. In dieſer Marinade läßt man die Heringe 6 bis 8 Tage liegen. Bei Froſtwetter halten ſie ſich auch länger. Man kann die Heringsmilchen der Schärfe wegen auch weglaſſen.

Rollmops. 6 Heringe ⅛ Liter Milch, ⅛ Liter Eſſig, 1 Eßlöffel Senf, Salz, ½ Zitrone, 1 kleines Lorbeerblatt, einige Pfefferkörner, 1 Zwiebel, 1 Apfel, 2 Eſſiggurken.

Milchnerheringe vorbereiten wie zum Marinieren. Auf die innere Seite der Heringshälften gibt man einige dünne Zwiebelringe, einige Pfefferkörner und ein paar Gurkenſtückchen, rollt ſie feſt zuſammen und ſteckt zum Feſthalten ein zugeſpitztes Holzſtäbchen durch jede Rolle. Man ſchichtet ſie in eine Schüſſel und gibt die übrigen Gewürze darüber. Dann rührt man die durchgetriebene Heringsmilch mit etwas gekochter, kalter Milch und mildem Eſſig an und gibt ſie über die Rollmöpſe, die man 5 bis 6 Tage ſtehen läßt.

Heringskartoffeln. 1 Kilo Kartoffeln, 40 Gramm Fett, 1 Teelöffel Zwiebeln. 60 Gramm Mehl, Salz, ⅓ Liter Milch, ½ Taſſe Wurzelbrühe, 2 Heringe.

Mit Fett, Zwiebeln und Mehl eine weiße Soße herſtellen und ¾ Stunden kochen laſſen. Dann die geputzten und in kleine Würfel geſchnittenen Heringe zugeben. In eine vorbereitete Auflaufform eine Lage gekochter, in Scheiben geſchnittener Kartoffeln, darüber Heringsſoße, Kartoffeln uſw. Obenauf Kartoffeln mit Fett- oder Speckſtückchen belegt. 1 Stunde im heißen Ofen laſſen.

Spezialrezepte und Marinaden

Heringe gebraten.

Friſche Heringe werden ausgenommen und ſauber ausgewaſchen, geſalzen und ½ Stunde liegen gelaſſen. Dann dreht man ſie in Mehl und backt ſie in Butter oder Fett recht ſchön knuſperig.

Marinierter Brathering.

Friſcher Hering wird wie oben gebraten (zum Mehl kann man nach Belieben feine Bröſel geben). Nun macht man eine Marinade von Eſſig mit Waſſer, Zwiebelringen, Lorbeerblatt, engliſch Gewürz, einigen Pfefferkörnern, kocht dies alles einmal auf und gießt es dann (handwarm) über die bereits gebratenen Fiſche.

Gekochter Hering.

Die grünen Heringe werden ſauber ausgenommen, mit einem Gemiſch von Zitrone und Maggi-Würze abgerieben, leicht geſalzen und in kochendes Salzwaſſer gegeben. Man achte darauf, daß ſie nicht zerfallen. Man ſerviert dazu Butter mit geriebenem Meerrettich oder Peterſilienſoße.

Heringe in Gelee.

Die vorgerichteten Heringe werden in Eſſigwaſſer, dem man Lorbeerblatt und Zwiebelſcheiben beigefügt hat, ſo gargekocht, daß ſie nicht aufſpringen oder gar zerfallen. Von dem Fiſchſud macht man nun eine Sulze, indem man auf 1 Liter Flüſſigkeit 10 bis 15 Blatt Gelatine auflöſt. Die fertige Sulze gibt man über die nach Belieben garnierten Heringe. Man kann auch zuerſt eine Lage Sulze in die Form geben und, nachdem dieſe erſtarrt, die Heringe darauf anrichten und darüber wieder Sulze geben.

Eingelegte grüne Heringe.

Die ſauber gereinigten Heringe legt man entweder 20 Stunden ins Waſſer, worauf ſie abgetrocknet und 12 Stunden in Eſſig gelegt werden, oder man reibt ſie innen mit einem Gemiſch von Zitronenſaft und Maggi-Würze gut aus und legt ſie gleich in Eſſig. Dann legt man ſie kreuzweiſe in einen Topf, gibt über jede Lage etwas Salz, eine Kleinigkeit Zucker, zerdrückten Pfeffer und geſtoßenes engliſches Gewürz und ein oder zwei Lorbeerblätter. Obenauf gibt man einen Holzdeckel oder Teller und darauf ein Gewicht, damit die Heringe zuſammengepreßt werden. Nach 48 Stunden kann man ſie eſſen. Auf dieſelbe Weiſe kann man auch Salzheringe einlegen, nur werden dieſe nicht ſo zart und fein.

Verſchiedene Fiſchfilets (als warme Fiſchplatte ſervieren)

Fiſchfilet mit Senf (Moſtrich).

Ein vorgerichtetes Seefiſchfilet wird mit Salz und Pfeffer beſtreut und dann mit Senf dünn beſtrichen. Nach dem macht man einen dicken Pfannkuchenteig aus Mehl, Milch, Eiern und etwas Salz, taucht das Filet hinein, dreht es in Bröſel und bäckt es in ſchwimmendem Fett.

Filet mit Meerrettich.

Das vorbereitete Filet wird mit Salz und Pfeffer beſtreut und mit geriebenem Meerrettich gut eingerieben. Dann weiter zubereitet wie oben, in Teig getaucht uſw.

Filet in Weißwein.

Ein Filet legt man zwei Stunden vor Verwendung in Weißwein, ſtreut es dann mit Salz und Pfeffer, taucht es in den angegebenen Teig, dem etwas Weißwein zugefügt iſt, dreht es in Bröſel und bäckt es in ſchwimmendem Fett.

Filet mit Tomaten.

Das Filet wird mit Salz und Pfeffer beſtreut und mit Tomatenmark leicht beſtrichen, worauf man es zubereitet wie oben.

Filet mit geriebenem Käſe.

Das Filet wird geſalzen, gepfeffert und dick mit Käſe beſtreut und weiter zubereitet wie oben.

Filet mit Paprika.

Das Filet wird mit Salz, Pfeffer und Paprika beſtreut und wie oben zubereitet.

Filet im Schlafrock.

Ein Filet, mit Senf beſtrichen, wird in ein großes, in Salzwaſſer abgebrühtes Weißkrautblatt gewickelt, mit Faden gebunden und dann in ſchwimmendem Fett gebacken.

Zu all dieſen Filets ſerviert man Tomatenſoße.

Fiſchgulaſch.

Man macht dieſes Gulaſch entweder von mehreren Arten See- oder Süßwaſſerfiſchen. Die vorgerichteten Fiſche werden in Stücke geſchnitten wie Gulaſchfleiſch, geſalzen und mit Paprika beſtreut und ſamt dem blutigen Saft in recht viel gelb angelaufene Zwiebeln mit Fett gegeben. Darin läßt man ſie anlaufen, gibt dann ſo viel Waſſer dazu, daß ſie davon bedeckt ſind, und kocht ohne Aufrühren gar.

Oder: Man macht Soße von einem Maggi-Soßenwürfel, gibt braungeröſtete Zwiebeln dazu, etwas Paprika, und läßt die in Stücke geſchnittenen Fiſche ſamt dem blutigen Saft darin gar dünſten.

Fiſchgulaſch mit Rahm.

Man läßt etwas Butter mit Mehl anlaufen und löſcht mit Fleiſchbrühe oder Waſſer ab, gibt etwas Zitronenſaft, Salz, Pfeffer, Muskatnuß, eine Kleinigkeit Weißwein dazu und läßt die Fiſchſtücke darin gar kochen. Vor dem Anrichten rührt man etwas ſauren Rahm darunter.

Oder: Man macht dieſelbe Zubereitung und ſtreut vor dem Anrichten etwas geriebenen Meerrettich darüber.

Fiſchragout auf franzöſiſche Art.

Verſchiedene Arten von Süßwaſſerfiſchen wie Karpfen, Aale uſw. werden vorgerichtet und in gleich große Stücke geſchnitten. Hierauf läßt man in Butter etwas Mehl zu ganz lichter Einbrenne anlaufen, gibt dazu ½ Liter Rotwein und ebenſo viel Brühe und Waſſer, dazu noch etwa 15 bis 20 Stück in Butter oder Fett ganz ſchnell überbratene Schalottenzwiebel, einige Champignons, Lorbeerblatt, Thymian, ein Sträußchen Peterſilie, welche 3 Zutaten man beim Anrichten herausnimmt, Salz und Pfeffer, gibt nun zuerſt die Aalſtücke hinein, läßt ſie eine kurze Zeit kochen und gibt dann erſt die anderen Fiſchſtücke dazu und läßt alles auf gutem Feuer 1 Stunde ziehen. Etwa vorhandene Karpfenmilch gibt man kurz vor dem Anrichten in die Soße. Die Fiſchſtücke werden bergartig auf der Schüſſel angerichtet, rund herum mit den Zwiebeln und Champignons garniert und mit der Soße übergoſſen. Nach Belieben kann man auch noch mit Krebſen umlegen.

Warmer Fiſchpudding.

Gekochter Hecht oder Zander oder Fiſchreſte aller Art (bei Seefiſch dieſen mit Zitronenſaft beträufeln). Die Haut entfernen, entblättern, Butter ſchaumig rühren, das abgeriebene, eingeweichte und ausgedrückte und dann verzupfte Brötchen dazugeben. Salz, Pfeffer, Muskat und geriebene Zwiebeln und die Eigelb unter die Maſſe miſchen und zuletzt den ſteifen Eiſchnee. In die vorbereitete Puddingform füllen und 1 Stunde im Waſſerbad kochen. Nimmt man rohen Fiſch, ſo wird dieſer auf einem Brett geſchabt. Man benötigt dann ½ Stunde mehr zum Kochen.

Fiſchauflauf. 1 Kilo Fiſchreſte, 2 Semmel, ½ Taſſe Milch, 100 Gramm ger. Speck, Salz, 50 Gramm Sardellen, 50 Gramm gerieb. Käſe, 2 Eier, ½ Taſſe ſauren Rahm, 1 Teelöffel Kapern, 1 Teelöffel Zwiebeln, 1 Teelöffel Parmeſankäſe, Butterwürfel.

Abgekochten Schellfiſch oder Fiſchreſte häuten, entgräten und entblättern. Semmel einweichen, ausdrücken, verzupfen. Speck durch die Maſchine geben. Sardellen putzen und verwiegen. Man mengt den Fiſch mit den angegebenen Zutaten und dem Eigelb und zieht zuletzt den Eiſchnee darunter. In eine vorbereitete Form füllen und mit Parmeſankäſe und Butterflöckchen beſtreuen. ½ Stunde im heißen Ofen aufziehen laſſen.

Schwediſche Fiſchſpeiſe. ¾ bis 1 Kilo Fiſchreſte, 50 Gramm Butter, 60 Gramm Mehl, 1 Taſſe Milch, 1 Taſſe Fiſchſud, 1 Eßlöffel Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel Käſe, 2 bis 3 Eier, Semmelmehl und Butterwürfel.

Friſch gekochten Schellfiſch, Kabeljau oder dergleichen, oder Fiſchreſte häuten und entblättern. Butterſoße aus Butter, Mehl, Milch und Fiſchſud herſtellen, das Fiſchfleiſch hineinmengen, abkühlen laſſen, würzen, mit Eigelb abrühren und den Eiſchnee darunterziehen. Die Maſſe in die vorbereitete Form geben und eine halbe Stunde bei mittlerer Hitze aufziehen.

Fiſchmuſcheln.

Entgrätete, enthäutete Fiſchreſte in mit Fett geſtrichene Muſcheln füllen und eine Butterſoße, mit Fiſchſud hergeſtellt, darübergeben, mit Semmelmehl und Butterflöckchen beſtreuen und im heißen Ofen überbacken. Oder: Die Fiſchreſte mit der Soße vermengen und dann einfüllen und fertigſtellen.

Fiſchklöße.

Im Rohr gebratene Kartoffeln werden auseinander geſchnitten, das Innere herausgenommen. Gekochter, geblätterter Haddock oder anderer gekochter Fiſch wird im Mörſer feingeſtoßen, dann werden die Kartoffeln damit verrieben und mit Eigelb gebunden, gut mit Salz, Pfeffer und Muskat gewürzt, auf mehlgeſtaubtem Blech kleine Laibchen geformt, in Mehl umgedreht und in heißem Fett raſch gebacken. Anſtatt Haddock kann jeder andere Fiſch oder Fiſchreſte genommen werden, nur ſollen Fiſch und Kartoffeln beim Stoßen warm ſein und möglichſt trocken. Tomatenſoße geht dazu.

Fiſchklöße oder -Frikandellen. ¾ Kilo Fiſchreſte, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, 2 Semmeln, 2 Eier, 1 Eßlöffel geriebener Käſe. Zum Umhüllen: 1 Ei, Semmelmehl, Backfett.

Das enthäutete, entgrätete und entblätterte Fiſchfleiſch mit den eingeweichten, ausgedrückten und verzupften Brötchen durch die Fleiſchmaſchine geben, mit den angegebenen Zutaten gut vermiſchen und mit Hilfe von zwei Eßlöffeln längliche Klöße oder runde Küchlein formen, mit Ei und Semmelmehl umhüllen und in heißem Fett ſchwimmend oder auf der Pfanne backen.

Fiſchfrikaſſe. ¾ bis 1 Kilo Fiſch (Reſte), ½ Teelöffel Zitronenſaft, 30 Gramm Fett, 60 Gramm Mehl, (geriebenen Käſe), ¾ Liter Brühe (halb Sud, halb Milch).

Mit Butter, Mehl, nach Belieben Zwiebeln und mit Sud und Milch ſtellt man eine helle Einbrenne her, in die man die enthäuteten und entblätterten Fiſchreſte gibt.

Schüſſelfiſch. ¾ Kilo Fiſchreſte, 30 Gramm Fett, 60 Gramm Mehl, ¼ Kilo Tomaten, geriebener Käſe, ½ Kilo gekochte Kartoffeln.

Fiſchreſte vorbereiten und Tomatenſoße aus Fett, Mehl (Zwiebeln) und friſch bereitetem oder fertigem Tomatenmark herſtellen. Auf eine geſtrichene feuerfeſte Platte lagenweiſe Fiſchblättchen, Tomatenſoße und in Scheiben geſchnittene, gekochte Kartoffeln legen, obenauf Kartoffeln. Dieſe mit Butter beſtreichen, 15 bis 20 Minuten im heißen Ofen aufziehen laſſen. Nimmt man eine Porzellanplatte, ſo ſtellt man ſie auf ein mit Salz beſtreutes Blech.

Schalen- und Kruſtentiere

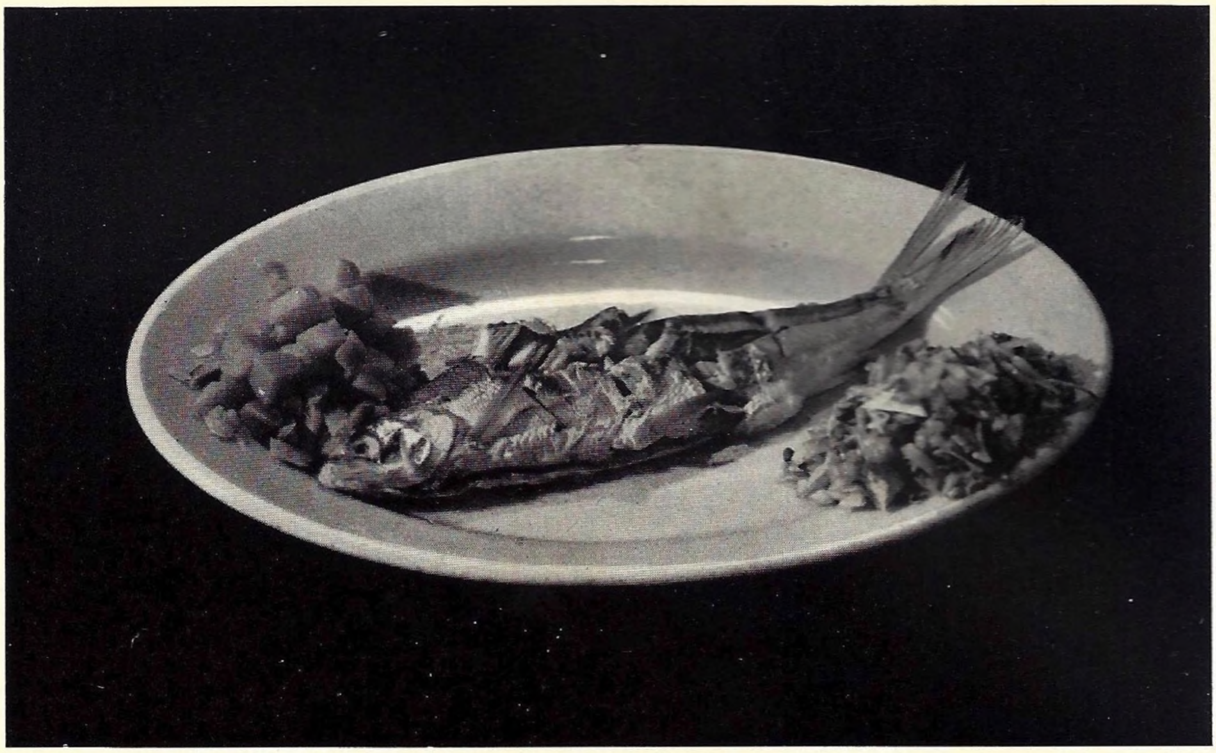
Auſtern

Vormerkung.

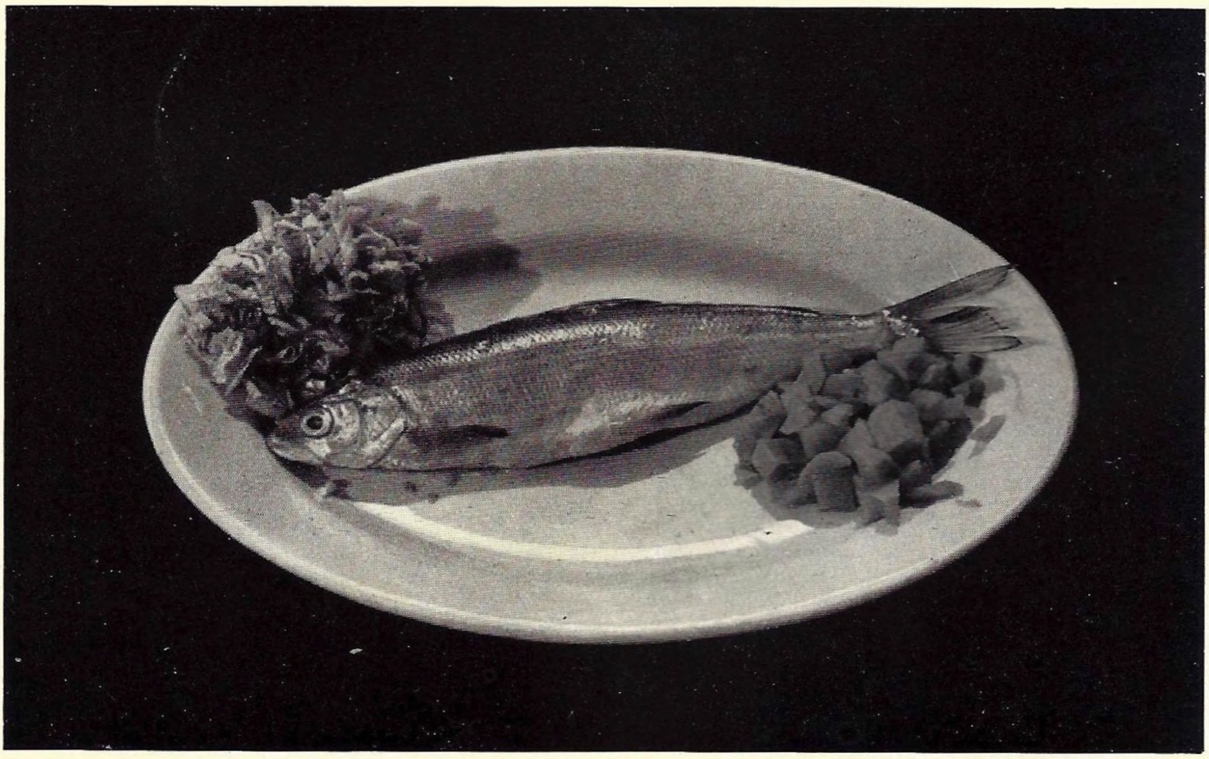
Die Auſter iſt in einer zweiſchaligen Muſchel eingeſchloſſen, deren eine Schale gewölbt iſt, während die andere ſich flach darüber legt. Sie kommt aus Schleswig-Holſtein, Holland, England und Frankreich. Wenn nötig, kann man ſie in einem Korb, mit einem Brett beſchwert, kalt geſtellt aufbewahren. Wegen ihrer leichten Verdaulichkeit und weil ſie den Appetit anregen und nahrhaft ſind, gibt man ſie gern Kranken. Der Kenner ißt ſie nur roh.

Behandlung von Auſtern und Muſcheln.

Auſtern ſind nur dann friſch, wenn ſie ſo feſt geſchloſſen ſind, daß man ſie mit einem Meſſer aufmachen muß. Will man ſie zu Soßen, Ragouts uſw. verwenden, ſo nimmt man ſie entweder aus ihren Schalen und kocht ſie mit ihrem Waſſer und Zitronenſaft auf, oder man kocht die geſchloſſenen Auſtern mit Wein auf, ſeiht ſie gleich wieder ab, löſt ſie aus und ſchneidet die ſchwarzen Bärte weg.



Falsch Fisch sprudelnd gekocht



Richtig Fisch in gleichmäßiger Temperatur **nicht sprudelnd** gekocht

Muſcheln.

Man wäſcht die geſchloſſenen Muſcheln mit Waſſer und kocht ſie mit Wein, etwas Peterſilie und Zwiebeln auf, bis ſie aufſpringen.

Dann werden entweder die leeren hellen Schalen abgelöſt und die vollen verwendet, für Garnierungen, in Soßen uſw., oder die Muſcheln vor weiterer Bereitung ausgelöſt. Bei großen Muſcheln, z. B. die ſogenannten Meerdatteln, löſt man nach dem Auslöſen auch noch die ſpitzige Kruſpel aus der Mitte aus. Um kleine Muſcheln, welche ſamt dem zwiſchen den Schalen befindlichen Waſſer verwendet werden ſollen, auslöſen zu können, gibt man ſie ohne Flüſſigkeit in eine Kaſſerolle und ſtellt ſie auf mäßige Hitze, damit ſie ihre Schale öffnen.

Auſtern, roh gegeſſen.

Sie werden ganz kurz vor dem Auftragen mit Hilfe eines Auſternbrechers oder eines kurzen ſtarken Meſſers geöffnet, indem man ſie auf ein Tuch mit der gewölbten Schale nach unten in die Hand nimmt und den Brecher zwiſchen die Schalen ſtößt. Dabei iſt beſonders darauf zu achten, daß das Muſchelwaſſer nicht ausläuft. Man gibt ſie jedem Gaſt auf den Teller oder richtet ſie auf einer Platte mit gefalteter Serviette an und gibt Zitrone und Butter oder Cheſterkäſe dazu. Übrige Auſtern werden zu Auſternſoße oder zu gebackenen Auſtern verwendet.

Gebackene Auſtern. (2 Dutzend für 4 Perſonen.)

Die geöffneten Auſtern werden eine Stunde in eine Marinade von etwas Zitronenſaft, Peterſilie, Baſilikum und 2 Lorbeerblättern gelegt. Dann macht man einen leichten Teig von 90 Gramm Mehl, 1 Eigelb, 1 Eßlöffel zerlaſſener Butter und etwas warmem Waſſer, taucht die abgetrocknete Auſter hinein und bäckt ſie einige Minuten in ſchwimmendem Fett, worauf man ſie mit gebackener Peterſilie ſerviert. Auch zur Garnierung eines Fiſchgerichtes verwendbar. — Man kann ſie auch in einer Kaſſerolle mit Butter, fein geſchnittener Peterſilie, Champignons und Zitronenſchalen backen und dann mit kleinen gebackenen Kartoffeln und geröſteten Brotſchnitten garnieren und ſervieren.

Oder:

Man löſt die Auſtern aus den geöffneten Schalen, entfernt die Bärte, wendet die Auſtern in geriebenem Parmeſankäſe, dann in Ei und geriebenem Zwieback, taucht ſie einen kurzen Moment in kochende Butter, nimmt ſie heraus, garniert ſie mit gebackener Peterſilie und ſerviert ſie.

Oder:

Man löſt die Auſtern aus und taucht ſie in eine Miſchung von gerührtem Ei und Auſternwaſſer, paniert ſie mit ganz feinem, weißen Zwieback, bäckt ſie auf beiden Seiten mit heißer Butter und garniert ſie mit gebackener Peterſilie und Zitronenſcheiben.

Gebackene Auſtern. (Andere Art.)

3 Dutzend Auſtern, ¼ Liter Weißwein, 1 kleine Zwiebel, 6 Pfefferkörner.
Zum Teig: 150 Gramm Mehl, ⅛ Liter Bier, 1 Teelöffel Zitronenſaft,
1 Teelöffel Olivenöl, ½ Teelöffel Salz, 3 Eiweiße.

Die geöffneten Auſtern von den Bärten befreien und 2 Stunden in eine Marinade von Weißwein, Zwiebeln, Pfefferkörnern und Zitronenſaft legen oder mit dieſer auf dem Herd bis zum Kochen bringen. Zum Teig das Mehl mit Bier glatt rühren. Öl und Salz und den ſteifen Eiſchnee darunter miſchen. Die gereinigten und abgetrockneten Auſtern im Teig umwenden und in heißem Fett hellgelb backen. Oder man wendet ſie nur in Ei und Semmelmehl um. Gebackene Auſtern werden meiſt als Verzierung für feinen Fiſch verwendet.

Auſtern-Frikaſſee. (Bries.)

Zwei nicht zu weich gekochte Kalbsmilche werden geputzt und in Stückchen geſchnitten; indeſſen läßt man in einer Kaſſerolle etwas gute Kalbsbrühe, ein Glas Weißwein, 3 bis 4 Zitronenſcheiben, etwas Muskatblüte, ein nußgroßes Stück Butter und etwas feingeriebene Semmel zu einer dicklichen Soße einkochen, gibt die Kalbsmilchſtücke dazu und läßt dieſelben eine Viertelſtunde darin ziehen. Dann legt man 1 Dutzend aus den Schalen genommene Auſtern in die Soße, die ja nicht mehr kochen darf, rührt mit 2 Eigelb ab und ſerviert das Frikaſſee.

Auſternragout. (Zahl nach Perſonenzahl.)

Die Auſtern werden ausgelöſt, nach Bedarf nimmt man mehr oder weniger, kocht ſie mit Zitronenſaft und Weißwein auf, nimmt die Auſtern heraus, entfernt die Bärte, gibt den Sud zu lichter Soße, kocht dieſe dicklich, gibt dann Salz, Cayennepfeffer und anderen Pfeffer, Krebsbutter, Glacee- oder Maggi-Soßen-Würze, einige Eigelb und die Auſtern dazu, mengt alles durch Hin- und Herſchwenken und ſerviert das Ganze in Muſcheln.

Oder als Ragout. (Sehr feine Art.)

Die Bereitung iſt wie oben, nur gibt man noch würfelig geſchnittene Trüffeln, Champignons, Krebsſchwänzchen, 1 Sardelle und geräucherte Zunge dazu, füllt alles in Muſcheln, ſtellt dieſe auf ein Backblech, beſtreut oben mit feinen Bröſeln und beträufelt mit Krebsbutter, gibt das Blech ſamt den gefüllten Muſcheln in das Rohr, läßt die Bröſel gelb werden und ſerviert.

Hummer und Languſten

Vormerkung.

Der Hummer iſt am beſten vom April bis Oktober. Vor der Verwendung iſt er an der Unterſeite gut abzubürſten. Dann bringt man ihn in kochendes Salzwaſſer, das man, wenn mehr Tiere eingelegt werden, durch Hineingeben eines rotglühenden Schürhakens kochend erhält, gibt etwas Eſſig, Peterſilie, nach Geſchmack etwas Kümmel zu und läßt ihn etwa 5 Minuten kochen. An der Seite des Herdes ſoll er noch 25 bis 30 Minuten ziehen. Abgekocht muß der Hummer ſchön rot ſein. Hummer wird ebenſo vorgerichtet und gekocht wie Krebſe, nur rechnet man 25 bis 30 Minuten Siedezeit. Ehe man ihn aufträgt, bricht man die Scheren ab und öffnet ſie auf der unteren Seite. Die im Sud heißgehaltenen Hummerkörper werden mit Speck oder Öl eingerieben, damit ſie glänzen, durch Spalten geöffnet und nebſt den Scheren mit Peterſilie garniert und auf einer mit einer Serviette belegten Platte angerichtet. Zu warmem Hummer gibt man Schaumbutter oder klare, heiße Butter. Kalt aufgetragen wird er mit hartgekochten Eiern, Kopfſalat, Zitronen und Oliven verziert. Eine Mayonnaiſe eignet ſich zu kaltem Hummer am beſten.

Hummer nach feiner Art.

Von 4 lebenden, kleineren Hummern werden die Schwänze abgelöſt und mit den Schalen in gleich große Stücke geſchnitten. Den Scheren hackt man Rand und Spitze ab. Die ausgenommenen Eingeweide paſſiert man durch ein feines Sieb und verrührt ſie mit Eigelb. Nun hackt man 1 Zwiebel und 2 Schalotten fein, läßt ſie mit einem Stück Butter und ebenſoviel Olivenöl hell anlaufen, gibt dann 1 Zehe Knoblauch, friſche Champignons, Salz, Pfeffer, eine Priſe Cayennepfeffer, die Hummerſtücke und ſo viel Weißwein dazu, daß die Hummer dreiviertel bedeckt ſind, worauf man 12 Minuten kochen läßt. Die Hummer werden auf einer warmen Schüſſel angerichtet, der Sud in ein anderes Geſchirr geſeiht; zu dieſem gibt man einige Löffel Maggi-Würze, legiert, d. h. zieht mit dem verrührten Eigelb ab, gibt noch 1 Stück Butter, etwas gehackte Peterſilie und den Saft einer Zitrone dazu und gießt die Soße über die Hummerſtücke.

Hummer nach Vanderbilt.

Die Hummer werden gekocht wie bei vorgehender Art, dann nimmt man das Fleiſch aus den halbierten Tieren und legt es in eine Schüſſel. Man verrührt Krebsbutter mit etwas Fleiſchbrühe, gibt dazu Trüffeln, Champignons und Krebsſchwänze zu, füllt einen Teil davon in die ausgenommenen Schalen und bedeckt dieſe mit dem übrigen und dem Hummerfleiſch abwechſelnd, gibt die Soße darüber und glaſiert mit Fleiſchglacé.

Hummer auf amerikaniſche Art.

Die zu verwendenden Tiere ſollen nicht zu groß und lebend ſein. Man hackt den Schwanz ab und ſchneidet ihn in Querſtücke. Von den Scheren hackt man Spitze und Rand ab, damit ſie ſich beim Eſſen leicht entfernen laſſen. Dann wird der ganze Hummer der Länge nach entzwei geſchnitten und das daran befindliche grüne Mark mit einem Stück Butter vermiſcht. Man läßt ein Stück Butter mit gleich viel Olivenöl heiß werden, gibt die Hummerſtücke dazu, beſtreut ſie mit gehackten Zwiebeln, ſalzt, pfeffert, gibt noch eine Priſe Cayennepfeffer und ein Sträußchen Kräuter dazu, brennt mit einem Gläschen Kognak ab, löſcht dann mit 1 Glas Weißwein, gibt 1 Löffel gute Bratenſoße oder Maggis Bratenſoße, ebenſoviel Tomatenmark oder einige friſche, geſchälte und fein geſchnittene Tomaten und läßt alles ¼ Stunde kochen. Dann nimmt man das Sträußchen Kräuter heraus, richtet den Hummer an, die Rückenſtücke zuerſt, dann die Scheren- und Schwanzſtücke obenauf. Dem gut eingekochten Sud fügt man etwas aufgelöſte Fleiſchglacé oder Bratenſoße bei, dann die grüne Butter, läßt noch einmal aufkochen, wobei dann die Butter die Soße rötet und färbt. Dann übergießt man den angerichteten Hummer und beſtreut ihn mit etwas fein geſchnittenem Eſtragon und Peterſilie.

Hummer in Madeira.

Schwanz und Scheren eines großen, gekochten Hummers auslöſen, das Fleiſch in gleichmäßige Scheiben ſchneiden, dieſes in ein gut gebuttertes Geſchirr aufs Feuer geben und gut heiß werden laſſen. So viel guten Madeira darübergießen, daß das Fleiſch bedeckt iſt, den Wein faſt einkochen laſſen. Erſt kurz vor dem Servieren verrührt man 2 Eigelb mit der doppelten Menge guten, ſüßen Rahms, gießt dies über das vom Feuer gezogene Hummerfleiſch und ſchwenkt das Ganze dann auf dem Feuer, bis das Eigelb zu einer dicklichen Soße wird, worauf man ſofort ſerviert.

(Weitere Gerichte ſiehe unter „Kalte Küche".)

Languſte.

Die Languſte gehört ebenfalls zu den Seekrebſen. Languſten haben keine Scheren; dafür haben ſie lange Fühler. Ihr Fleiſch iſt nicht ſo ſchmackhaft wie Hummerfleiſch. Die Zubereitung und Verwendung iſt die gleiche wie die von Hummer. Das Fleiſch der Languſte wird beim Anrichten in ſchöne, ſchräge Scheiben geſchnitten und ſchuppenförmig auf den Schwanz angerichtet. (Mit Sulz übergießen, damit es nicht austrocknet.) Garnierung: Auſtern, Sardinen, Kaviar, Salatblättchen. (Es wird Mayonnaiſe oder kalte Kräuterſoße dazugegeben.)

Krevetten

ſind die kleinſten Seekrebſe. Man kocht ſie 5 bis 6 Minuten in Salzwaſſer und verwendet ſie zu Suppen und Soßen und Garnituren.

Krebſe

Vormerkung. Zu den Krebſen gehören die Bach- oder Steinkrebſe, von denen die kleinen zur Suppe und zu Soßen verwendet werden, ferner der Hummer und die Languſte. Krebſe, Hummer uſw. ſollen nur lebend gekauft werden. Sie ſchmecken am beſten im Sommer, und zwar in den Monaten ohne „r". Sie werden in Brenneſſeln verſandt und aufbewahrt.

Krebſe, gekocht. Zu 20 Edelkrebſen 2 Liter Waſſer, 2 Eßlöffel Salz, ¼ Glas Wein, 4 Pfefferkörner, ½ Teelöffel Kümmel, Peterſilie.

In das mit den Gewürzen kochende Waſſer gibt man einen rotglühenden Schürhaken, damit das Waſſer beim Hineingeben der Krebſe nicht aufhört zu kochen. Man wäſcht dieſe gut ab (bürſten iſt nicht nötig) und wirft ſie mit dem Kopf nach unten in das ſtark ſprudelnde Waſſer. Man läßt ſie gut zugedeckt 10 Minuten kochen und 10 Minuten auf kleinem Feuer ziehen. Beim Anrichten auf einer Platte ordnet man ſie nebeneinander und verziert mit Peterſilie, Zitronenſcheiben oder -körbchen, Oliven und dergleichen. Oder man belegt die Platte zuerſt mit einem Brotſockel und richtet die Krebſe darauf erhöht an. Bei Tiſch wird das Krebsfleiſch aus den Schalen gebrochen und die Scheren und Schalen ſpäter zu Suppen und Soßen verwendet.

Andere Art Krebſe kochen.

Man kocht in einem großen Topfe viel Waſſer mit Zwiebelſcheiben, Peterſilie, Kümmel, Pfefferkörner und Salz, wirft, wenn es ſehr gut kocht, die Krebſe, die man vorher mit Waſſer gut ſauber gemacht hat, hinein und läßt ſie bei ſtarker Hitze kochen, bis ſie ſchön rot ſind, was nach einigen Minuten der Fall iſt. Man darf aber immer nur einige Tiere auf einmal ins Waſſer geben. Es muß hernach wieder ſtark aufwallen, da die Tiere zu lange leiden müſſen, wenn das Waſſer zu abgekühlt iſt. Man kann auch Eſſig zuſetzen.

Suppenkrebſe (d. h. gefüllte Krebsnaſen). Zur Fülle: ¼ Kilo Kalbsſchulter, 50 Gramm Bröſel, $^{1}/_{16}$ Liter Milch, 50 Gramm Butter, gewiegte Zwiebeln und Peterſilie, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Muskat, Piment.

½ Kilo Suppenkrebſe werden in kochendes Salzwaſſer mit Zwiebeln und Kümmel gegeben und zugedeckt 20 Minuten ziehen laſſen. Ein Zeichen, daß ſie fertig ſind: müſſen die Schwänze eingezogen haben. Die Scheren und Schwänze ausbrechen, die Krebsnaſe, d. i. der Rumpf, ſäubern und mit einer Kalbfleiſchfülle füllen und dann 15 Minuten in kochendem Salzwaſſer ziehen laſſen.

(Weitere Gerichte ſiehe unter „Kalte Küche".)

Schildkröten.

Um eine ſolche zu töten, hält man ihr ein glühend gemachtes Eiſen auf den Rückenſchild, worauf ſie Kopf, Pfoten und Schwanz herausſtreckt, welchen man ſchnell abhackt. Das Blut fängt man meiſtens zur Zubereitung auf. Das Tier wird dann gewaſchen und ſo lange im Waſſer gekocht, bis man die Schale ablöſen kann, was man gleich, nachdem man es aus dem Waſſer genommen hat, tun muß. Haut, Galle und Gedärme werden weggeworfen, kleine, gelbe Eier, wenn welche da ſind, ausgelöſt und, wenn das Fleiſch zubereitet iſt, in Suppe oder Soße gegeben; aber erſt vor dem Anrichten, da ſie ſonſt hart werden. Kleine Tiere kann man wie Krebſe in ſiedendes Waſſer geben, um ſie zu töten. Größere Seeſchildkröten läßt man nach dem Schlachten einige Zeit hängen, damit ſie ausbluten, legt ſie dann auf den Rücken und löſt den Bauchſchild ab, entfernt die Eingeweide, nimmt das Fleiſch heraus und wäſſert es aus.

Froſch-Schenkel.

Froſchſchenkel gelten mit Recht als Leckerbiſſen. Sie kommen paarweiſe, an Stecken aufgereiht, auf den Markt. Jedoch ſcheuen ſich viele Menſchen vor dem Kauf, da man ſelten ſicher iſt, daß die Tiere nicht auf grauſame Art und Weiſe (durch Ausreißen der Schenkel an lebenden Tieren) getötet wurden. Sachgemäß tötet man ſie durch einen ſchweren Hammerſchlag auf den Kopf. Dann ſchneidet man die Schenkel ab, gibt ſie vor dem Gebrauch in ein Gefäß, in dem Waſſer, Eſſig und Salz gemiſcht ſind, bürſtet die Schenkel darin und wäſcht ſie mit klarem Waſſer nach.

Froſchſchenkel-Ragut. 8 bis 12 Paar Froſchſchenkel, 1 Teelöffel Salz, 1 Zitronenſcheibe, 50 Gramm Butter, 80 bis 100 Gramm Mehl, einige Schalotten.

In einer Kaſſerolle die Butter zergehen laſſen, die vorbereiteten Froſchſchenkel mit einigen Schalottenzwiebeln und dem Salz hineingeben, durchdämpfen und zugedeckt faſt garwerden laſſen. Dann Mehl darüber ſtäuben, mit Waſſer oder Fleiſchbrühe ablöſchen und mit Zugabe 1 Zitronenſcheibe vollends garwerden laſſen. Die Soße kann man durch Einrühren von Eigelb verbeſſern, das in einer flachen Schüſſel angerichtete Ragout mit Fleiſch- oder Semmelklößchen verzieren.

Gebackene Froſchſchenkel.

Die nach obiger Angabe vorbereiteten Froſchſchenkel mit Salz beſtreuen und

¼ Stunde ſtehen laſſen, dann mit kaltem Waſſer abwaſchen, ſalzen, in Ei und Semmelmehl panieren und in heißem Fett goldgelb backen.

Froſchkeulen, gebraten.

Die Keulen werden gewürzt, durch Mehl gezogen und raſch auf beiden Seiten in geklärter Butter gebraten, dann bergförmig auf einer runden Schüſſel angerichtet, mit Zitronenſaft beträufelt, mit gehackter Peterſilie beſtreut und mit brauner Butter übergoſſen.

Froſchſchenkel nach Murat.

Die Froſchſchenkel werden geſalzen und gemehlt, in Butter gebraten; ebenſo werden Kartoffeln, die in kleine Würfel geſchnitten, gebraten, alles in einer Kaſſerolle angerichtet, mit Butter übergoſſen, gehackte Peterſilie darüber gegeben.

Froſchſchenkel in Höschen.

Man kocht die vorbereiteten Froſchſchenkel in Salzwaſſer oder Fleiſchbrühe faſt gar, taucht ſie in einen feinen Pfannkuchenteig und backt ſie, in heißer Butter ſchwimmend, goldbraun.

Schnecken

Vormerkung:

Von den Schnecken kommen die großen Garten-, Weinberg- und Waldſchnecken zur Verwendung. Sie ſind im Herbſt und Winter genießbar, wenn ihre Schale kalkartig verſchloſſen iſt. Ihr Fleiſch iſt ſchwer verdaulich. Beim Einkauf wähle man gute, volle und ſchwere Schnecken, die friſch und ganzſchalig ſind und nicht übel riechen. Verdorbene Schnecken ſind leicht und haben einen ſchlechten Geruch. Die kleinen Schnecken dienen zur Bereitung von Suppen, die großen werden gebraten, in einer Soße und als Salat zu Tiſch gegeben.

Schnecken zu kochen.

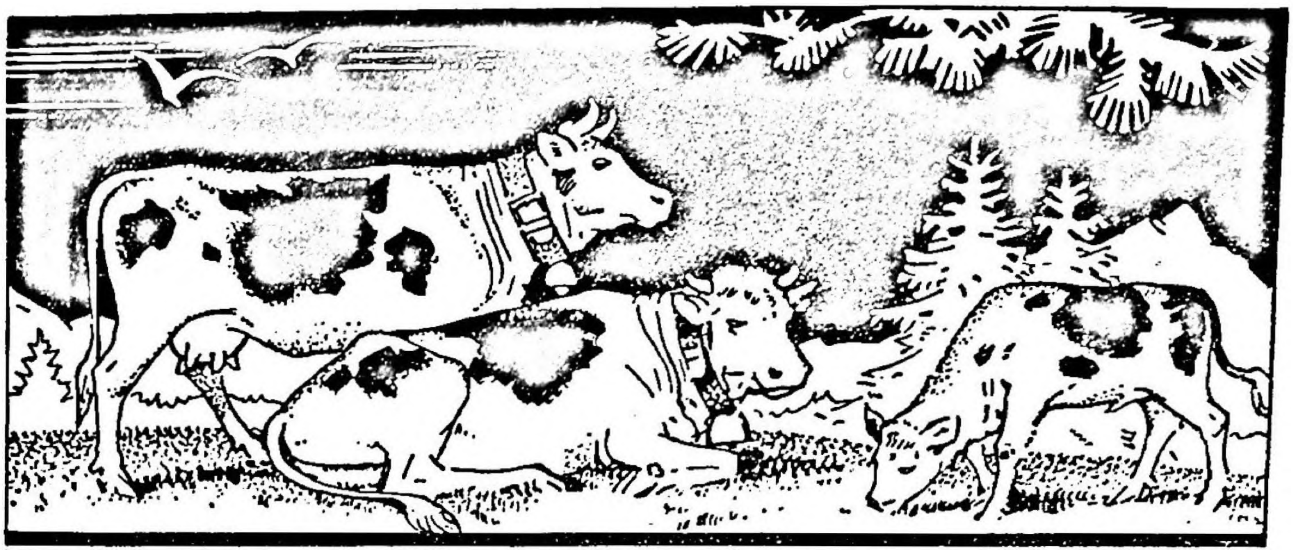
Die feſt verſchloſſenen Schnecken waſchen, in Salzwaſſer ungefähr 1 Stunde kochen, bis ſich der Deckel löſt. Sofort mit einer Spicknadel aus ihrem Häuschen ziehen. Das Geringelte an der Unterſeite, den Kräuterſack, den gelben Ring, die ſchwarz Haut und die Spitze am Kopf entfernen, den übrigen Teil mit Salz abreiben. Die Schnecken in lauwarmem Waſſer gründlich waſchen und nach Bedarf verwenden.

Schnecken in Soße.

Die gekochten und gereinigten Schnecken in einer Butter- oder Sardellenſoße aufkochen.

Gefüllte Schnecken.

Die Schnecken ¼ Stunde in Salzwaſſer kochen, mit einer Gabel aus dem Häuschen ziehen, das Schweifchen abſchneiden. Die Schnecken werden mit friſcher Peterſilie, Sardellen und Champignons fein gewiegt, in Butter geröſtet, dann gibt man noch etwas Semmelbröſel und ſauren Rahm dazu. Fülle gut würzen, in die ſauberen Häuschen füllen. 10 Minuten im Ofen backen.



Fleiſch

Das Fleiſch der Schlachttiere wie Rind, Kalb, Schwein, Schaf, erfordert eine bedeutende Kenntnis über die Einteilung, den Nährwert und die beſten Verwendungsarten der einzelnen Fleiſchteile und der Tiergattung. Die Hausfrau muß über die Hauptzubereitungsarten unterrichtet ſein, die ſich beziehen auf: Kochen, Dämpfen, Schmoren und Braten. Jede dieſer Zubereitungsarten bedingt eine beſondere Vorbereitungsart und das Gelingen des Fleiſchgerichtes iſt in hohem Maße abhängig von der richtigen, beſtgeeigneten Auswahl des Fleiſchſtückes. Das wichtigſte iſt darum, daß wir uns mit den im Lehrwerk genau dargeſtellten Lehrbildtafeln beſchäftigen, um die einzelnen Fleiſchteile, ſowie die dafür geeignete Anwendung der Zubereitung kennen zu lernen. Im Vordergrund ſteht immer die wichtige Frage nach dem „warum ſo und nicht anders?“. Dies erklären die nachſtehenden Lehrſätze.

Markttafel für Fleiſch.

× bedeutet, daß das betreffende Fleiſch nicht erhältlich oder der Genuß nicht zu empfehlen iſt	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	Auguſt	September	Oktober	November	Dezember
Kalbfleiſch												
Kaninchen		×	×									
Lamm						×	×	×	×	×	×	×
Pferdefleiſch												
Rindfleiſch												
Rauchfleiſch												
Schöpſen, Hammelfleiſch	×	×	×	×	×	×						
Schweinefleiſch												
Spanferkel				×	×	×	×	×	×			
Ziege, junge	×	×				×	×	×	×	×	×	×

Ochſen- oder Rindfleiſch

Vormerkung für ſeine Zubereitung.

Die Hauptzubereitungsarten ſind: Kochen, Dämpfen, Schmoren und Braten. Sie richten ſich nach der Art des Fleiſches, nach dem Fettgehalt, der Stärke der Muskelfaſern und der Tierart.

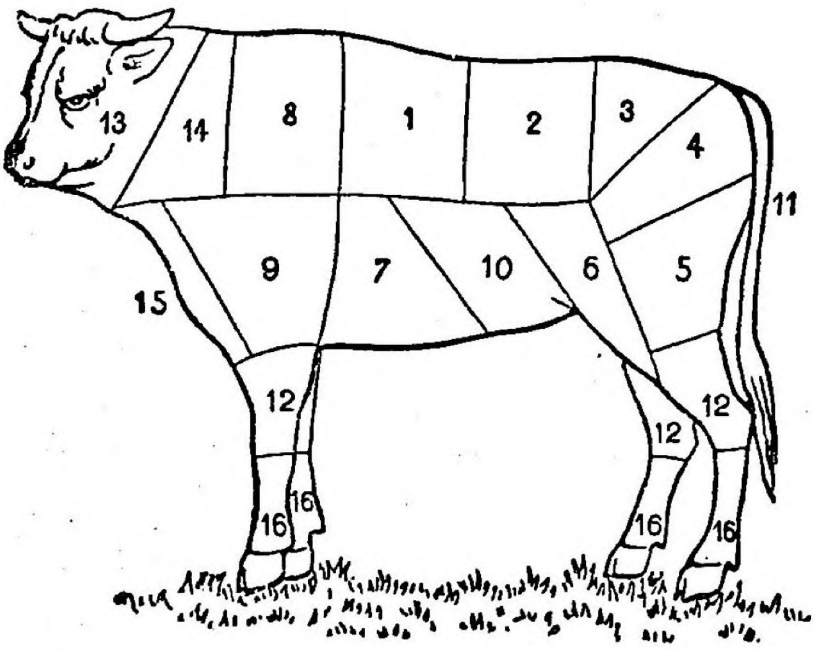
Für die Güte des Fleiſches iſt Alter und Fütterung des Tieres maßgebend. Nur Fleiſch von vollkommen ausgewachſenen, aber noch jungen Ochſen, welche gut gemäſtet ſind und das überdies einige Tage abgelegen und dadurch mürbe geworden iſt, entſpricht allen Anforderungen.

Gutes Rindfleiſch iſt von lebhaft roter Farbe, mit weißlichem Fett durchwachſen und umgeben, während Fleiſch von zu alten Ochſen ſehr dunkel iſt, gelbes Fett hat und zwar gute Suppe gibt, als Fleiſch jedoch zäh und trocken iſt. Solches von zu jungen Tieren iſt ſehr licht und nicht ſchmackhaft, es liefert keine kräftige Suppe. Das gleiche gilt vom Kuhfleiſch.

Die Preiſe des Fleiſches ſind nach der Güte des Stückes verſchieden. Am teuerſten ſind die Lenden- und Mürbebraten, etwas billiger die Rücken- und Keulenſtücke, wieder etwas billiger die oberſten Teile der Schulter, der Kamm und der Bruſtkern und am billigſten das übrige Fleiſch bis herab zu den Kopfſtücken und Füßen.

Von dem an der inneren Seite der Rippen abgelöſten Lenden- oder Lungenbratenſtück, auch Filet genannt, iſt der mittlere gleichmäßig breite Teil beſſer als die beiden Enden. Er wird im Ganzen gebraten oder zu Beefſteaks und Filetgulaſch verwendet.

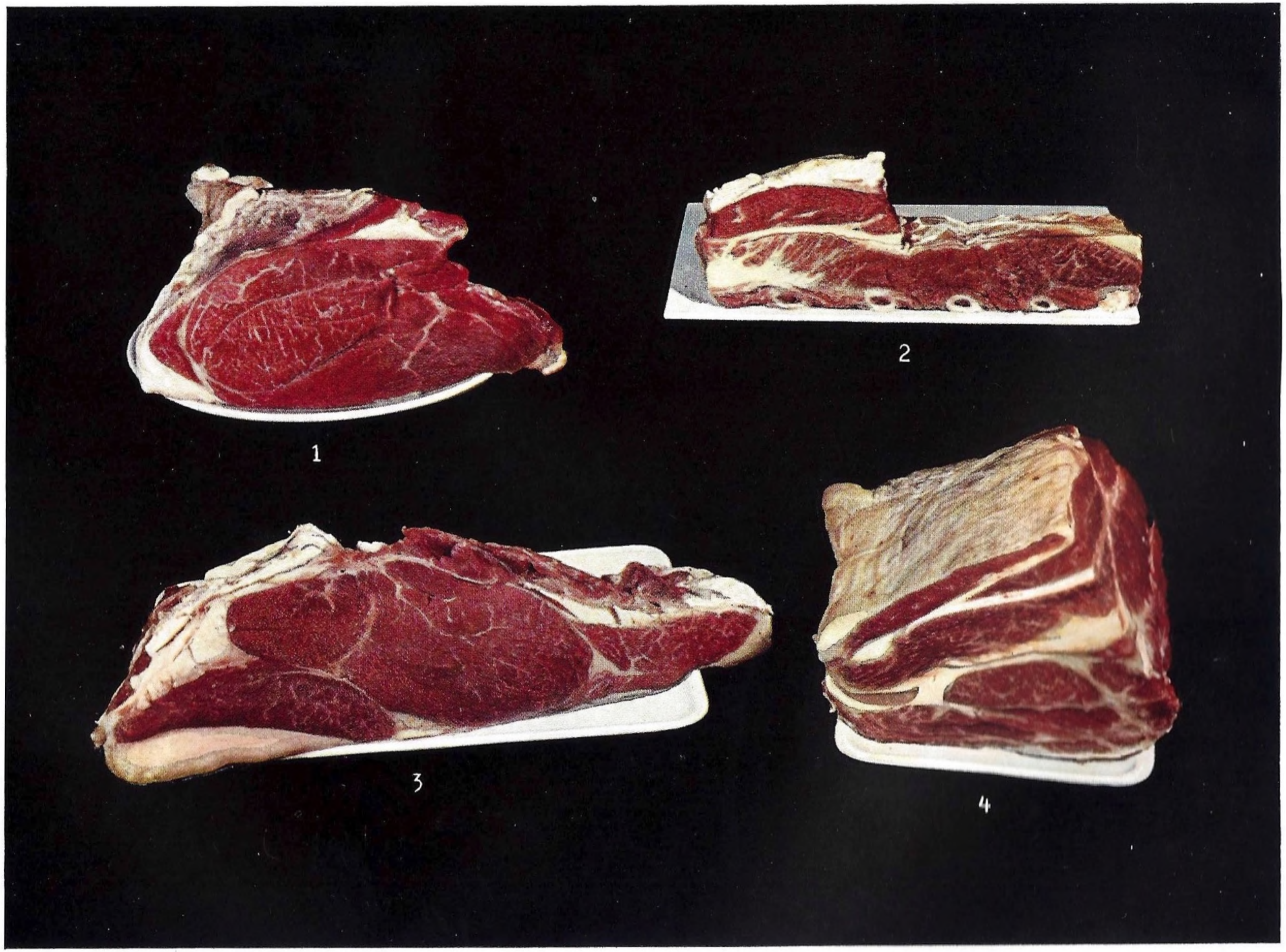
Bezeichnung der Fleiſchteile.



1. Rücken
2. Filet
3. Lende
4. Roſe
5. Schlegel
6. Vorderer Schlegel
7. Bruſt
8. Grat
9. Schulter
10. Weiche
11. Schwanz
12. Schenkel
13. Kopf
14. Hals
15. Stich
16. Füße

Ochſenfleiſch gekocht.

Man kocht Ochſenfleiſch, wenn man eine Fleiſchſuppe erhalten will oder wenn das gelieferte Fleiſch alt iſt oder aber weil das Kochverfahren das ſparſamſte iſt.



Ochsenfleisch: 1. Sternrose, 2. Zwergrippe mit und ohne Deckel, 3. Rosenspitz, 4. Gratstück

Da Waſſer nur unter Dampfdruck einen höheren Wärmegrad als 100 Grad erreicht, wird das gekochte Fleiſch gleich ſchnell weich, wenn es leiſe und langſam oder ſprudelnd und raſch kocht. In letzterem Falle verſchwendet man unnötig viel Feuerung und erzielt faſeriges Fleiſch und eine trübe Fleiſchbrühe. Man ſoll das Fleiſch nie lange im Waſſer liegen laſſen, ſondern raſch waſchen und ſofort in das vorbereitete Kochwaſſer geben. Weitere Kochvorſchriften für gekochtes Ochſenfleiſch ſind bei „Suppen" angegeben.

Ochſenfleiſch, gekocht, garniert. ¾ Kilo Fleiſch, 2 bis 3 Liter Waſſer, 1½ bis 2 Eßlöffel Salz, kleiner Wirſingkopf, einige zarte Weißkrautblätter, 1 kleiner Lauchſtengel, ½ kleiner Sellerieknollen, 2 Gelbe Rüben, 1 Zwiebel (Blumenkohl, Spargel, Erbſen uſw.)

Das Fleiſch (Bruſtkern, Zwerchrippe, Schwanzſtück) klopfen, waſchen, eventuell rollen und in das mit den Knochen kochende Salzwaſſer geben. Die vorbereiteten Wurzeln und Gemüſe zuſammengebunden oder auch in einem Gazeſäckchen zugeben und alles gut zugedeckt ungefähr 1½ Stunden langſam kochen laſſen. Wenn das Fleiſch gar iſt, nimmt man es heraus, ſchneidet es in ſchöne Scheiben, legt dieſe ſchuppenartig in die Mitte einer großen heißen Platte und garniert mit den mitgekochten Gemüſen.

Ochſenfleiſch geſalzen und gekocht (Pökelfleiſch). 2 bis 2½ Kilo Rinderbruſt. Zur Lake: 1 Liter Waſſer, ¼ Kilo Salz, 20 Gramm Kandiszucker, 10 bis 15 Gramm Salpeter, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 6 Pfefferkörnner, 5 bis 6 Wacholderbeeren. Zum Kochen: 4 Liter Waſſer, 1 Zwiebel.

Das Fleiſch wird ausgebeint, geklopft, gewaſchen, tüchtig mit Salz und Salpeter eingerieben, wenn es dünn iſt, gerollt und gebunden und in eine tiefe Schüſſel gelegt. Die aus den Zutaten hergeſtellte, erkaltete Lake wird nun darüber gegoſſen, die Gewürze zugegeben und das Fleiſch täglich gewendet, falls es nicht ganz von der Lake bedeckt iſt. Man kann auch das Fleiſch nur einſalzen und mit Salpeter einreiben, anſtatt eine Lake zu kochen, gibt dann die Gewürze darüber, beſchwert das Fleiſch mit einem gebrühten Brett und Stein und wendet es täglich. Es muß immer kalt ſtehen, am beſten im Keller. Nach 2 bis 3 Wochen kocht man es mit Waſſer und 1 Zwiebel, nach Belieben mit Suppengrün langſam weich und reicht es in Scheiben geſchnitten zu jungen Erbſen, Bohnen oder einem anderen Gemüſe.

Rinderbruſt, gedämpft. 1 Rinderbruſt, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, Suppengrün, Salz, Pfeffer, ¾ Liter Fleiſch-(Wurzel-)brühe, ½ Taſſe ſaurer Rahm.

Eine junge Rinderbruſt von ungefähr 1¼ Kilo ausbeinen, breit klopfen, ſalzen, pfeffern, rollen und umbinden. In einem gut ſchließenden eiſernen Topf mit dem Suppengrün und Fleiſch-Knochen- oder Wurzelbrühe zugedeckt unter häufigem Begießen und Wenden dämpfen laſſen (2½ bis 3 Stunden). Dann Fett abſchöpfen und im Backofen glaſieren, in dem man das Fleiſch häufig mit dem Bratenſaft übergießt. Nach 20 Minuten verquirlten Rahm oder etwas mit Waſſer angerührtes Stärkemehl daranrühren und etwas Brühe zugeben. Den Braten herausnehmen und mit Butterpapier zugedeckt heiß ſtellen. Die Soße läßt man gut durchkochen und ſeiht ſie durch. Spinat, Wirſing dazureichen.

Auf italieniſche Art.

Man kocht das Fleiſch wie vorher und gibt nur noch außer dem anderen Wurzelwerk und Gemüſe einige ganze Tomaten dazu.

Rinderbruſt, überkocht und gedünſtet.

Man kocht ein ſchönes Stück Fleiſch etwa 2 Stunden. Dann nimmt man es aus der Suppe, brät es mit Schweinefett und Wurzelwerk ab, bis es braun iſt, vergießt es mit etwas Suppe und läßt es fertig dünſten.

Rinderbruſt auf Wildbretart.

Eine Rinderbruſt wird geklopft und 2 bis 3 Tage in ſaure Milch gelegt, der man etwas Lorbeerblatt und Tannenreiſig beigefügt hat. Nachdem wird ſie gewaſchen, abgetrocknet, mit Zitronenſaft eingerieben, geſalzen und gepfeffert und mit viel Wurzelwerk wie jeder andere Braten fertig gebraten. Während des Bratens muß das Fleiſch öfters mit der ſauren Milch begoſſen werden. Die Soße wird dann paſſiert, gebunden und mit etwas Weißwein oder Zitronenſaft abgeſchmeckt.

Oder:

Man reibt dasſelbe Stück Fleiſch mit geſtoßenen Wacholderbeeren, Tannen- oder Fichtennadeln ein, ſchlägt es in ein mit Eſſig getränktes Tuch und läßt es in einem kühlen Raume 3 bis 4 Tage liegen, wo man es jeden Tag einmal umdreht. Dann entfernt man das Gewürz, ſalzt und ſpickt das Fleiſch mit Speckſtreifen, übergießt es mit der nachher angegebenen Beize, welche kochend ſein muß; ſobald es dann ausgekühlt iſt, brät man es in einer Kaſſerolle mit etwas Beize, begießt es mit Beize, Schweinefett und ſaurem Rahm, macht von dem Reſt der Beize Wildbretſoße und paſſiert dieſe über das angerichtete Fleiſch.

Beize.

Man miſcht Rotwein, Waſſer und Eſſig zu gleichen Teilen, gibt eine Zwiebel Selleriewurzel, Peterſilie, Schalotten, etwas Paſtinak, alles zu Scheiben geſchnitten, etwas Lorbeerblatt, ein Sträußchen Thymian, einige Pfefferkörner, Neugewürz, ein wenig Zitronenſchale, einige Gewürznelken, ein ganz kleines Stückchen Ingwer dazu und kocht dies alles eine halbe Stunde.

Man kann auch, wenn das Fleiſch gar iſt, mit Braunmehl eine Soße herſtellen und dieſe mit dem Fleiſch gut durchdämpfen laſſen. Man reicht dann Makkaroni, Bandnudeln oder Spätzle dazu.

Rindsbraten. ¾ Kilo Fleiſch, Salz, Pfeffer, 1 Teelöffel Salz, ¼ Liter Brühe, 40 Gramm Fett, ¼ bis ½ Taſſe ſaurer Rahm, 1 Zwiebel oder Sauermilch, 1 Gelbe Rübe.

Gut abgehängtes Ochſenfleiſch (Schwanzſtück oder Roſe) gut klopfen, waſchen, mit Salz und Pfeffer einreiben und in heißem Fett auf allen Seiten anbraten. Dann in den Backofen ſtellen und unter öfterem Begießen mit wenig Fleiſch- oder Wurzelbrühe 1½ Stunden dämpfen laſſen. Die Hitze darf nicht zu ſtark ſein, damit der Braten keine trockene Kruſte bekommt. Entfetten, Rahm oder mit Stärkemehl verrührte Brühe zugeben, die Soße durchſeihen und aufkochen.

Schmor- oder Spickbraten. ¾ Kilo Fleiſch, 30 Gramm Speck, 1 Eßlöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 30 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, 40 Gramm Mehl oder Braunmehl, ½ Liter Brühe, Peterſilie, Lorbeerblatt, 1 Nelke, 1 Teelöffel Eſſig, Wein.

Ochſenfleiſch, Schwanzſtück oder Roſe klopfen, waſchen, ſalzen und pfeffern. Spicken oder die Speckſtreifen in tiefe Einſchnitte ſtecken und die Schnittſtelle zudrücken. In rauchheißem Fett das Fleiſch ringsherum ſcharf anbraten, das Fleiſch herausnehmen und mit dem Fett und Mehl oder mit angerührtem Braunmehl eine nicht zu dicke Soße anrühren und darin den Braten 1½ Stunden gardämpfen. Die Soße durchſeihen. Nach Belieben 1 bis 3 Tomaten roh in die Soße preſſen.

Schmorbraten auf polniſche Art.

Man macht eine Beize von Braunbier, etwas Eſſig, Lorbeerblatt und Zwiebeln und legt das gut geklopfte Rindfleiſch 24 Stunden hinein. Nachdem wird es gut abgetrocknet, mit etwas Senf beſtrichen und wie anderer Schmorbraten zubereitet. — Die Bierbeize wird zur Soße verwendet.

Sauerbraten. ¾ Kilo Fleiſch, ¼ Liter Eſſig, ⅓ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz, 1 kleine Zwiebel, 2 Nelken, ½ Lorbeerblatt, 1 Gelbe Rübe, 2 Pfefferkörner, 30 Gramm Speck, 30 Gramm Fett, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, 40 Gramm Braunmehl, 2 bis 3 Tomaten, ½ Liter Brühe, Wein.

Das Ochſenfleiſch (Schwanzſtück oder Roſe) wird in eine Eſſigbeize oder in Sauermilch gelegt. Die Beize miſcht man aus Eſſig, Waſſer, Salz, Zwiebeln, Nelke, Lorbeerblatt, Gelbe Rübe und Pfefferkörnern. Man läßt darin das Fleiſch im Sommer 2 bis 3 Tage, im Winter 4 bis 5 Tage oder länger, je nach Größe des Stückes liegen. Beim Braten verfährt man genau wie bei Schmorbraten.

Roſtbraten (Roaſtbeef). 1 Kilo Fleiſch, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 40 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, ¼ Liter Fleiſchbrühe.

Das Fleiſch-Mittelſtück (Roſtbeef) muß gut abgehängt ſein, damit es mürbe wird. Die Schwarte und die Sehnen werden mehrmals durchſchnitten, da ſich ſonſt beim Braten das Fleiſchſtück zuſammenzieht. Man kann auch die Schwarte ganz wegſchneiden. Die Knochen werden vorſichtig ausgelöſt, damit es gut in Scheiben geſchnitten werden kann. Nun wird das Fleiſch gut geklopft, mit Salz und Pfeffer eingerieben und in ſehr heißem Fett mit Zwiebeln und Gelbe Rübe unter fleißigem Begießen 20 bis 25 Minuten gebraten. Es ſoll innen noch roſa ſein, darf alſo nicht durchgebraten werden. Man rechnet zu halbdurchgebratenem Roſtbraten für ½ Kilo Fleiſch 10 bis 15 Minuten Bratzeit. Die ſich bildende Soße wird vor dem Anrichten, ſobald der Braten herausgenommen iſt, mit Fleiſchbrühe aufgegoſſen und mit Rahm oder angerührtem Stärkemehl ſämig gemacht. Mit Gemüſen umlegen.

Roſtbraten, auf dem Gasroſt gebraten.

Von dem Fleiſch (Ochſenſchoß, Roſtbeef) die Schwarte bis zum Rande loslöſen, ausbeinen, klopfen, ſalzen und pfeffern, mit der Schwarte nach unten auf den Roſt legen. Nach der Vorſchrift braten, nach einer Viertelſtunde die Flamme kleiner ſtellen, damit der Braten nicht trocken wird.

Filetbraten. (Allgemeine Regeln für die Zubereitung von Filet-Gerichten.)

Filet, in manchen Gegenden „Lenden" genannt, muß bei der Verwendung gut abgehängt ſein, da der Braten oder die Schnitten oder das Gulaſch nur dann zart und mürbe werden. Man kauft Filet am vorteilhafteſten mit Knochen und Fett. Erſtere ergeben die beſte Knochenbrühe, letzteres kann man ausbraten und mit anderem Fett vermiſchen. Nimmt man nicht das ganze Filet, ſo iſt das Mittelſtück vorzuziehen. Die bläuliche Sehnenſchicht muß auch beim kleinſten Stück entfernt werden, da ſich das Fleiſch ſonſt zuſammenzieht. Ob das Filet genügend lange hängt, prüft man durch feſten Druck zwiſchen den Fingern. Die Fleiſchfaſern müſſen dabei zerreißen. Die dünne Spitze des Filets verwendet man am beſten zu Gulaſch, den dicken Filetkopf zu Schmor- oder Sauerbraten. Nachdem die Knochen und die zähe Haut entfernt ſind, ſpickt man das Filet reihenweiſe wie einen Rehrücken oder man belegt es mit Speckſcheiben. Man erhitzt nun reichlich Fett in einer paſſenden Bratpfanne, gibt das inzwiſchen geſalzene und gepfefferte Filet hinein, wendet es ſofort darin um, gibt Zwiebeln und 1 bis 2 Gelbe Rüben dazu und läßt es unter fleißigem Begießen je nach Größe (auf ½ Kilo Fleiſch etwa 10 Minuten Bratzeit) ſchön braun braten. Sollte das Fett zu heiß werden, ſo gibt man friſches dazu oder zieht die Pfanne kurze Zeit vom Feuer. Flüſſigkeit darf in keinem Falle zugegeben werden, da durch den entſtehenden Dampf die zarten Faſern zuſammengezogen werden. Brät man in der Röhre, ſo läßt man die Türe etwas offen, damit der Dampf abziehen kann. Aus demſelben Grunde wird das Filet (Roſtbeef) immer in offenem Topf oder auf der Pfanne gebraten. Iſt der Braten fertig, ſo nimmt man ihn heraus, belegt ihn mit einem gebutterten Papier und ſtellt ihn heiß. Nun entfettet man die Soße, kratzt den Bodenſatz auf und gibt Fleiſchbrühe oder Waſſer und ſaueren Rahm oder angerührtes Stärkemehl hinein, läßt durchkochen und ſeiht die Soße durch. Beim Braten darf nicht in das Fleiſch geſtochen werden, damit der Saft nicht ausfließt. Aus demſelben Grunde läßt man den Braten vor dem Auftragen einige Minuten außerhalb des Ofens ſtehen.

Filet, umlegt.

Filet zubereiten. Auf einer großen, heißen Platte anrichten, mit in Butter gedämpften jungen Gemüſen, wie Erbſen, Bohnen, Karotten, Spargeln, Blumenkohl, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Makkaroni mit Tomatenſoße, Pilzen und dergleichen umlegen.

Filet mit Madeiraſoße.

In die fertige Filetſoße wird ½ Glas Madeira gegeben und nach Belieben in Scheiben geſchnittene gedämpfte Champignons dazugegeben.

Gefüllter Filetbraten. ¼ Kilo Schweinefleiſch, Filetreſte, 1 bis 2 Semmel, 1 bis 2 Eier, 2 gehackte Sardellen, 1 Teelöffel gehackte Zwiebeln und Peterſilie, Pfeffer, Salz, 20 Gramm Butter.

Das vorgerichtete Fleiſch wird auf der Seite etwas aufgeſchnitten und teilweiſe ausgehöhlt. Man bedient ſich dabei eines ſchmalen Meſſers oder auch eines dicken Kochlöffelſtieles. Die Fülle bereitet man aus dem beim Aushöhlen erhaltenen Filetfleiſch, welches man mit dem Schweinefleiſch durch die Maſchine gibt. Dazu kommt 1 Ei, die abgeriebenen, eingeweichten und verzupften Semmeln, angedämpfte Zwiebeln und Peterſilie, Salz, Pfeffer und Muskat und nach Belieben Sardellen. Man vermiſcht alles gut (und ſtreicht die Hälfte der Fülle in die Öffnung, legt nach Belieben Trüffel- oder Gänſeleberſtückchen darauf, ſtreicht die übrige Fülle darauf) und näht das Filet zu. Fertigſtellung wie bei Filet angegeben.

Filet Wellington. (Feſtbraten.) Filet von zirka 2½ Kilo, 30 Gramm Spickſpeck, ½ Kilo Kalbfleiſch, 1 Semmel, 1 bis 2 Eier, Salz, Pfeffer, Peterſilie, 2 Eßlöffel ſüßen Rahm, Blätterteig von 125 Gramm Butter, 1 Eigelb, 1 Eiweiß.

Das vorbereitete Filet ſpicken und halb gar braten. Das Kalbfleiſch durch die Maſchine geben, ein abgeriebenes, eingeweichtes und ausgedrücktes Brötchen mit Mehl und 125 Gramm verwiegter Peterſilie und Zwiebeln in Butter abdämpfen, mit 1 bis 2 Eiern und 2 Eßlöffeln ſüßem Rahm unter das gehackte Fleiſch miſchen. Von Blätterteig ein der Größe des Filets entſprechendes Viereck auswellen, den Rand ſchmal mit Eiweiß beſtreichen, die Hälfte der Fülle als Unterlage für das Filet darauf ſtreichen, das Filet darauf legen, Fülle als Decke darüber. Dann den Teig darüberklappen und die Teigwände andrücken. Obenauf ausgeſtochene Blätterteigformen legen, den Teig mit Eigelb beſtreichen und das Gericht in mäßig heißem Ofen goldbraun backen.

Filet auf dem Roſt gebraten. 2 Kilo Fett, 1½ Eßlöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 20 Gramm geräucherten Speck.

Das gut abgehängte Filet häuten, mit Salz und Pfeffer einreiben, und auf dem heißen Roſt wie üblich braten. Man kann dieſen nach Belieben vorher mit Speckſtreifen belegen.

Saftbraten.

Ein ſchönes Stück abgehangenes Rindfleiſch wird geklopft und eingeſalzen. Dann läßt man geſchnittene Zwiebeln auf Speck gelb anlaufen, gibt Lorbeerblatt, einige Pfefferkörner und in Scheiben geſchnittene Gelbe Rüben dazu, legt das Fleiſch darauf, läßt es ſchön Farbe bekommen, gießt dann ſo viel heißes Waſſer darüber, daß es faſt bedeckt iſt, deckt zu und dünſtet je nach Größe des Stückes 2 bis 4 Stunden bei mittlerer Hitze. Der Saft darf nie ganz einkochen. Iſt das Fleiſch weich geworden, gießt man den Saft ab, ſeiht und entfettet ihn, gibt von dem Fett wieder etwas über das Fleiſch, welches man dann zugedeckt heiß hält. Von dem übrigen Saft bereitet man eine dünne braune Soße, die man in der Schale ſerviert. Beim Anrichten wird das Fleiſch mit ſeinem eigenen nochmals entfetteten Saft übergoſſen und mit gedünſteten Gemüſen ſerviert.

Gehacktes Rindsſchnitzel. (Deutſche Beefſteaks). 375 Gramm Ochſenfleiſch, 1 Teelöffel Stärkemehl, 1 kleine Zwiebel, Salz, Pfeffer, 1 Ei oder 1/8 Liter lauwarmes Waſſer, Butter oder Fett zum Braten.

Abgehängtes, mageres Ochſenfleiſch wird gehäutet und geſchabt oder nach dem Häuten entſehnt und fein verwiegt. 1 fein gehackte Zwiebel, 1 Ei oder 1/8 Liter lauwarmes Waſſer nebſt Salz und Pfeffer zufügen und alles gut durcheinandermiſchen. Flache, runde Beefſteaks daraus formen, nach Belieben mit dem Meſſerrücken einkerben und unter fleißigem Wenden und Begießen 8 bis 10 Minuten in einer heißen Butter braten. Iſt die Zwiebel gebräunt, ſo nimmt man die Beefſteaks heraus, gibt nach Belieben etwas angerührtes Stärkemehl hinein, löſcht ab und gießt die aufgekochte Soße über die Beefſteaks. Man kann zum Strecken und Lockern 2 bis 3 gekochte, geriebene Kartoffeln unter die Maſſe geben.

Gulaſch. ¾ Kilo Ochſen-, Kalb- und Schweinefleiſch zu gleichen Teilen, 30 Gramm Fett, 1 Eßlöffel gehackte Zwiebeln, 2 bis 3 Eßlöffel Braunmehl, ½ Liter Fleiſchbrühe, 1 kleiner Eßlöffel Salz, 1 Priſe Paprika, 2 bis 3 Eßlöffel Wein.

Die verſchiedenen Fleiſchſorten waſchen, klopfen und in 4 Zentimeter große Würfel ſchneiden. In ſehr heißem Fett die Zwiebeln kurz dämpfen, dann das Fleiſch zugeben und unter fleißigem Wenden auf ſtarkem Feuer braun werden laſſen. 2 bis 3 Eßlöffel, auf Vorrat gebräuntes Mehl darüberſtreuen und nach 10 Minuten mit heißer Fleiſchbrühe oder Waſſer ablöſchen, mit Salz und Paprika würzen und zugedeckt 1 Stunde ſchmoren laſſen. Kurz vor dem Anrichten mit Wein abſchmecken. Tomatenmarkbeigabe und Rahm heben den Geſchmack.

Filetreis (Pilaff). ½ bis ¾ Kilo Fleiſch, 1 Eßlöffel Salz, 40 Gramm Spickſpeck, 40 Gramm Fett, 1 Eßlöffel Schalotte, 1 Teelöffel Peterſilie, 125 Gramm Reis, ½ Liter Fleiſchbrühe, 3 Eßlöffel Tomatenmark, 30 Gramm geriebenen Käſe, Bratenſaft, Paprika, 20 Gramm friſche Butter.

Man nimmt am beſten Filet vom Ochſen oder Schwein oder auch Nierenſtück vom Kalb oder Hammel. Das entſehnte Fleiſch wird in kleine Würfel geſchnitten, ebenſo der Speck. In dem heißen Fett die feingeſchnittenen Schalotten gelb anlaufen laſſen, die Speckwürfel darin ausbraten und die Peterſilie und das Fleiſch zugeben. Salz darüberſtreuen und unter Wenden ſo lange braten, bis das Fleiſch nicht mehr blutig iſt. Dann den gewaſchenen, abgetropften Reis und die Fleiſch- oder Knochenbrühe zugeben und das Gericht ½ Stunde langſam ſchmoren laſſen. 10 Minuten vor dem Anrichten vorſichtig Tomatenmark, Bratenſaft und Käſe nebſt 1 Meſſerſpitze Paprika darangeben und zuletzt die friſche Butter. Man richtet auf heißer Platte an. Statt Tomatenmark kann man auch Champignons oder Eierſchwämmchen (Regerln) mitdämpfen.

Ungariſch Gulyas. ¾ Kilo Fleiſch, 50 Gramm Butter, 2 große Zwiebeln, 2 Tomaten, 1 Eßlöffel Mehl, Salz, Paprika, Knoblauch nach Belieben und Fleiſchbrühe.

In eine gut ſchließende Kaſſerolle die Butter geben, die in dünne Ringe geſchnittenen Zwiebeln darin gelb dämpfen und mit 3/8 Liter Waſſer ablöſchen. ¾ Kilo Ochſen- oder Rindfleiſch vom Hals in Würfel ſchneiden und mit Salz, Paprika und Tomaten zugeben und 1 Stunde dämpfen laſſen. Wenn die Flüſſigkeit faſt eingekocht iſt, Mehl darüber ſtreuen, mit Fleiſchbrühe ablöſchen und vollends gar kochen.

Gulaſch mit Kartoffeln. ½ Kilo Ochſenfleiſch, ½ Kilo Kartoffeln, 1 kleine Zwiebel, 40 Gramm Ochſenmark oder Butter, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Paprika, 1 Schöpflöffel Fleiſchbrühe.

Gut abgehängtes Ochſenfleiſch waſchen, klopfen und in Würfel ſchneiden. Kartoffeln ebenfalls würfelig ſchneiden und in Salzwaſſer einmal aufkochen. Das gewäſſerte Mark in feine Scheiben ſchneiden und damit den Boden einer Puddingform auslegen. Abwechſelnd Fleiſch und Kartoffeln mit dazwiſchengeſtreuten, feingeſchnittenen Zwiebeln, Salz und Paprika einlegen, die Fleiſchbrühe darübergießen und nach Belieben ſaueren Rahm. Form ſchließen und den Pudding 1½ bis 2 Stunden im Waſſerbad kochen. Nach Belieben kann man auch verſchiedene rohe Gemüſe zwiſchen die einzelnen Lagen geben.

Spar-Ragout. ¼ Kilo Rind-, Ochſen-, Kalb- oder Schweinefleiſch, 3 Liter Waſſer, 8 Pfefferkörner, ½ Lorbeerblatt, 1 bis 2 Scheiben Zitrone, 1 Eßlöffel Eſſig, 30 Gramm Fett, 30 Gramm Mehl.

Das Fleiſch, das nicht zu mager ſein ſoll, in 4 Stücke teilen und mit Zwiebeln, Salz und Suppengrün aufſetzen und faſt weich kochen. Dann ungefähr 2 Liter Brühe wegnehmen, die man zu einer gebundenen Suppe verwenden kann. Nun gibt man zu dem Fleiſch die angegebenen Gewürze, ſtellt aus 30 Gramm Fett und 30 Gramm Mehl eine weiße oder braune Einbrenne her und löſcht dieſe mit der übrigen Brühe ab. Man läßt das Fleiſch noch vollends in der Soße garkochen und gibt das Gericht zu Salatkartoffeln oder Reisgemüſe.

Wiener Gulaſch.

Wer einmal ein echtes Wiener Gulaſch gegeſſen und ſeine wirkliche Zubereitung nicht kannte, es aber doch ſelbſt probiert hat, muß ehrlich geſtehen, daß ihm dieſes ſelbſtbereitete bei aller aufgewandten Liebe nicht ſo gemundet hat. Über die Zubereitung des echten Wiener Gulaſch iſt ſchon viel geſchrieben und geſtritten worden; letzteres wohl hauptſächlich unter den Hausfrauen, aber auch unter den Berufsleuten. Die neuzeitliche Kochweiſe oder beſſer geſagt, Kochkunſt, iſt es, die die Frauen richtig, praktiſch und ſparſam kochen lehrt, nach dieſer ſoll nun auch das Rätſel des echten Wiener Gulaſch gelöſt werden.

Nach alter Weiſe wurden die Fleiſchſtücke ſtets zuerſt angebraten und dann in den Zwiebelſaft gegeben. Durch langjährige Praxis in jeder Form iſt man zur Überzeugung gekommen, daß das Anbraten des Fleiſches in kleinen Stücken nicht das richtige iſt, da dieſes in dieſer Form zu viel Saft verliert und dadurch trocken wird.

Wiener Gulaſch bereitet man auf folgende Art:

Bei der Bereitung des Gulaſch nimmt man Fleiſch und Zwiebeln zu gleichen Teilen. Die Zwiebeln werden fein geſchnitten und in Fett ſchön gelb geröſtet; ſind die Zwiebeln gut hellbraun, ſo gibt man die halbe Gewichtsmenge der Zwiebeln an Tomaten dazu, etwas Paprika, Pfeffer und Salz, läßt das Ganze einige Minuten kochen, gibt dann die Fleiſchſtücke dazu, deckt die Kaſſerolle gut zu und läßt das Ganze an der Seite des Feuers langſam garkochen. Wenn nicht genügend Saft vorhanden, gibt man noch etwas Fleiſchbrühe oder Waſſer dazu und das noch fehlende Gewürz. Vor dem Anrichten empfiehlt es ſich, noch eine Kleinigkeit Rotwein dazu zu geben. — Man kann die Tomaten auch erſt kochen, dann paſſieren und mit dem Paſſierten die Zwiebeln ablöſchen. — Auf dieſe Art bereitet man Gulaſch von Rind-, Kalb-, Hammel-, Schweinefleiſch, ſowie von Fiſch- und Geflügelreſten.

Mit Gelben Rüben und Sellerie.

Man bereitet Schweinefleiſchgulaſch wie oben angegeben, nur läßt man, wenn es ¾ fertig, etwas fein geſchnittene Gelbe Rüben und Sellerie mit garkochen.

Eſterhazygulaſch.

Man bereitet Gulaſch wie oben, man nimmt dazu Fleiſch von der Lende und gibt, wenn dasſelbe fertig iſt, Büchſenſpargel und Erbſen dazu, jedoch ohne Brühe, da ſonſt das Gulaſch den Geſchmack verlieren würde. Hierauf formt man von faſchiertem Fleiſch kleine Klößchen unter Zutat von Ei, eingeweichter Semmel und Gewürzen, kocht dieſelben in Salzwaſſer gar und gibt ſie in das Gulaſch. Es können anſtatt Fleiſchklößchen auch Markklößchen genommen werden.

Gulaſchknödel.

Reſte von den bisher angegebenen Gulaſcharten werden erwärmt, die Soße abgeſeiht, das Fleiſch durch den Wolf gedreht, ſamt den beim Fleiſch verbleibenden Gulaſchzutaten. Das Durchgedrehte miſcht man mit Ei, eingeweichter Semmel oder Bröſeln, eventuell noch nötigem Gewürz und feingeſchnittener Zwiebel, formt daraus Knödel, kocht ſie gar, ſerviert dazu Sauerkraut und gibt die abgeſeihte Soße dazu.

Moſtgulaſch. (Kann nur von Rind- oder Schweinefleiſch hergeſtellt werden).

Man läßt die Zwiebeln ſchön braun werden, löſcht ſie mit Apfelwein ab, gibt die Fleiſchſtücke hinein, dämpft, bis ſie gar ſind.

Mariniertes Gulaſch.

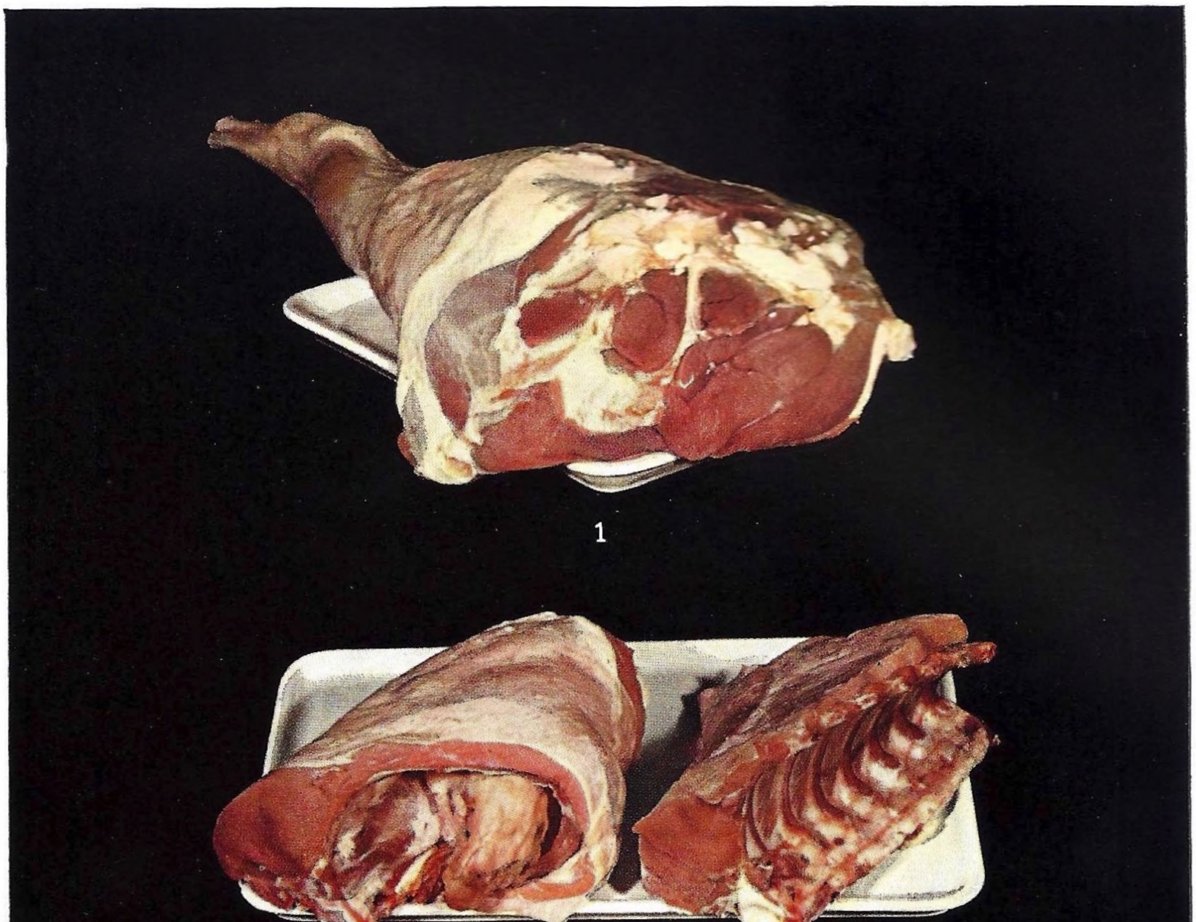
Das Gulaſchfleiſch legt man über Nacht in ſaure Milch, der man etwas Zitronenſaft zugeſetzt hat. Nächſten Tag wäſcht man das Fleiſch mit kaltem Waſſer ab, bereitet das Gulaſch wie angegeben und gibt während des Kochens nach Geſchmack von der Milchbeize dazu.

Gulaſch mit Kaſtanien.

Geröſtete Kaſtanien werden geſchält, geviertelt und in das halbfertige Gulaſch gegeben. — Zu dieſem Gulaſch kann man nur Rind-, Schweine- und Kalbfleiſch nehmen.

Gulaſch in Kartoffelteig.

Man macht das Gulaſch von beliebigem Fleiſch, macht es dreiviertel fertig und ſeiht es ab. Dann macht man einen Kartoffelteig von gekochten Kartoffeln wie



Kalbfleisch: 1. Schlegel, 2. Nierenbraten und Kotelettstück, 3. Brustspitz

zu Knödeln, legt damit den Boden einer Springform, wie auch den Rand derſelben, dick aus. Dann reibt man einige rohe Kartoffeln fein, drückt ſie gut aus, gibt Salz, Pfeffer, fein geriebene Zwiebeln, 1 Ei, etwas Mehl dazu, macht von dem Ganzen einen Teig, bäckt davon zwei bis drei Pfannkuchen, die etwas kleiner ſein müſſen als die Springform ſelbſt. Nun gibt man in die ausgelegte Springform eine Lage Gulaſch, darauf einen Pfannkuchen, wieder Gulaſch und ſo weiter, bis die Form voll iſt. Obenauf muß ein Deckel von gekochtem Kartoffelteig ſein. Das Ganze bäckt man im Rohr und ſerviert die Gulaſchſoße dazu.

Bulgarengulaſch.

Man bereitet Gulaſch von viererlei Fleiſch in einem Topf dreiviertel fertig. Währenddem kocht man Sauerkraut ebenfalls nur dreiviertel fertig. Dann gibt man in einen andern Topf eine Lage Gulaſch mit der Soße, darüber eine Lage Sauerkraut uſw., bis das Ganze aufgeteilt iſt. Dies ſchmort man dann im Rohr, ohne darin zu rühren. Kurz vor dem Garwerden legt man obenauf geſchälte, rohe Kartoffeln und läßt dieſelben im Saft mit weichdünſten. Das Gericht ſoll gleich im Topf ſerviert werden.

Beizen für Fleiſch

Wurzelbeize.

In 1 Liter Waſſer gibt man nach Geſchmack Eſſig und nach Belieben etwas Weißwein; dazu eine halbe Wurzel Sellerie und Paſtinak, Peterſilienwurzel, Gelbe Rübe, Zwiebel, alles in Scheiben geſchnitten, dann noch Neugewürz, Zitronenſchale, einige Pfefferkörner, etwas Thymian und Lorbeerblatt. Das Ganze wird 20 Minuten gekocht, erkalten laſſen und dann über das Fleiſch gegeben.

Oder: Waſſer wird zu gleichen Teilen mit Rotwein und Eſſig gemiſcht. Dazu gibt man ein erbſengroßes Stück Ingwer, einige Gewürznelken und alle bei der vorigen Beize genannten Wurzeln und Gewürze, kocht alles zuſammen 20 Minuten und gibt es kalt über das Fleiſch.

Oder: Einige Gelbe Rüben, eine Sellerieknolle, einige Peterſilienwurzeln, einige Zwiebeln werden in Scheiben geſchnitten und mit 2 bis 3 Lorbeerblättern, etwas Pfefferkörnern, Gewürznelken, Wacholderbeeren, Baſilikum und Zitronenſchalen in halb gutem Weineſſig und halb Waſſer 20 Minuten gekocht, erkalten laſſen und über das Fleiſch gegeben. Soll die Beize milder werden, ſo nimmt man auf 1 Teil Eſſig 2 Teile Waſſer.

Weinbeize.

Dazu nimmt man Rot- oder Weißwein, Eſſig und Waſſer zu gleichen Teilen und gibt dazu alle Wurzeln und Gewürze, wie in der vorherſtehenden Beize genannt, kocht, läßt erkalten und gibt über das Fleiſch.

Milchbeize.

Um Kalb- oder Rindfleiſch, Hammelfleiſch oder auch andere Fleiſchſorten recht mürbe zu machen, legt man ſie einige Tage in Süßmilch, ſaure oder Buttermilch.

Das Kalbfleiſch

Von allen Fleiſcharten verliert Kalbfleiſch am meiſten beim Kochen, Braten, Backen uſw. Es liegt dies daran, daß es aus noch jungem Gewebe beſteht, das in ſich noch nicht gefeſtigt und ſehr waſſerreich iſt. Es iſt nur dann ſaftig und wohlſchmeckend, wenn es von einem nicht weniger als 5 bis 6 Wochen alten, ſehr gut genährten Milchkalbe ſtammt. Man erkennt gutes Fleiſch daran, daß an verhältnismäßig kleinen Knochen viel Fleiſch von heller Farbe, von lichtem Fett umgeben und von einem dichten Gewebe angeſetzt iſt.

Die Fleiſchſtücke des Kalbes und ihre Verwendung:

Das längs des Rückens geteilte Kalb enthält:

Die Keule oder den Schlegel.

Das Schlußſtück, welches beim Hüftknochen, quer vom Schlegel abgeſchnitten wird.

Das hintere Rückenſtück, an welches ſich im Innern an den Rippen die Niere befindet, weshalb man das Stück auch Nierenbraten nennt.

Das vordere Rücken- oder Rippenſtück — Karree —, welches längs des Rückenfleiſches abgetrennt wird. Man verwendet es zu Braten, Rippenſchnitzel oder Koteletten.

Die Schulter, die zwar ſtärker durchwachſen iſt als das Rückenſtück oder der Schlegel, aber auch billiger iſt. Es eignet ſich zum Braten, Backen, Dünſten und Faſchieren.

Die Bruſt, die auf mannigfaltige Weiſe verwendet werden kann. Sie wird im Ganzen gefüllt und gebraten oder in Stücke geſchnitten.

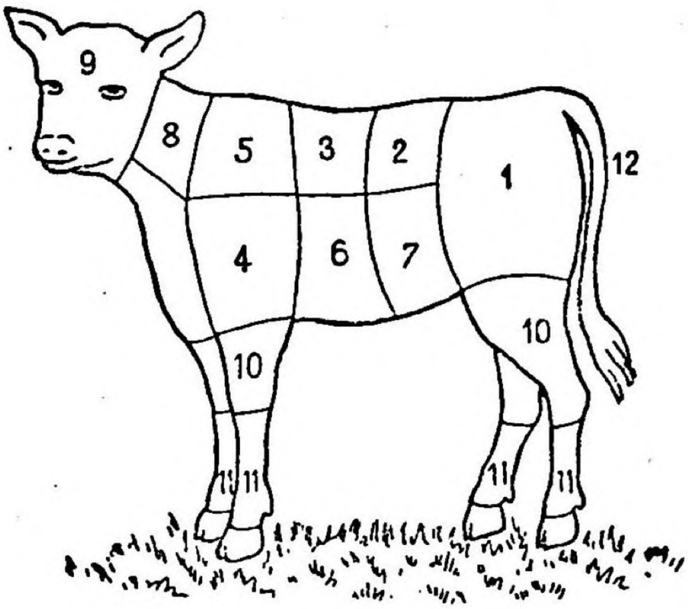
Das Halsſtück. Es iſt das minderwertigſte Fleiſch am Kalb und wird zu Eingemachtem, Gulaſch, Faſchiertem uſw. verwendet.

Die Stelzen. Das iſt der untere Teil der Keulen und Schultern. Das Fleiſch iſt ſtark mit Sehnen durchwachſen und kann nur zur Bereitung von Suppen, Soßen und Sulzen verwendet werden.

Die Kalbsfüße (Haxen) werden zur Bereitung von Sulze genommen oder auch gebacken und gebraten.

Der Kopf wird meiſtens mit geſäuertem Waſſer und Wurzelwerk gekocht. Stücke des Kopfes und auch die Ohren werden auch zum Backen, zu Ragout und zu Eingemachtem verwendet.

Zu Braten eignet ſich am beſten der Schlegel oder die an der Innenſeite am oberen Ende des Schlegels ſich befindliche Nuß. Dieſe iſt vom übrigen Fleiſche durch ein feines Häutchen getrennt und läßt ſich leicht auslöſen. Für Schnitzel verwende man beſonders die Nuß oder bei größerem Bedarf auch noch vom Rückenfleiſch. Die Schnitzel vom Schlegel werden quer über die laufenden Muskelfaſern (Faden) geſchnitten. Für faſchierte Schnitzel verwendet man das weniger ſchöne Fleiſch von der Keule oder Schulter. Dazu ſchabt man es aus den Sehnen und Häuten und hackt es fein oder treibt es durch die Fleiſchmaſchine. Die Koteletten, auch Rippenſchnitzel genannt, werden ſo geſchnitten, daß an jeder Fleiſchſcheibe eine Rippe bleibt. Beim vorderen, weniger fleiſchigen Teil des Rippenſtückes ſchneidet man 2 Rippen ab, löſt eine davon aus und klopft das Fleiſch zur entſprechenden Größe. Der Deckel, das iſt das zähe, dünne Fleiſch, welches durch ein Häutchen mit dem Rückenfleiſch verwachſen iſt, ſowie der Rückgratsknochen werden ausgelöſt und das um die Rippen befindliche Häutchen herabgeſchoben und weggeſchnitten. Weitere Kennzeichen des Kalbfleiſches ſind: Die blaßrote Farbe und die zarten Muskelfaſern. Es iſt waſſerreicher als Ochſenfleiſch, geht daher beim Braten ſehr zuſammen; ferner iſt es weniger eiweißhaltig als Ochſenfleiſch, daher weniger nahrhaft. Da es aber viel Leim enthält und leicht verdaulich iſt, eignet es ſich gut für Kinder- und Krankenkoſt.



Bezeichnung der Fleiſchteile.

1. Schlegel
2. Nierenſtück
3. Koteletten
4. Schulter
5. Grat
6. Bruſt
7. Bauch
8. Hals
9. Kopf
10. Haxe
11. Füße
12. Schwanz

Kalbsbraten.

Gut abgehängtes, nicht zu junges Kalbfleiſch vom Schlegel oder Bug wird ſchnell gewaſchen und abgetrocknet, geklopft, geſalzen und gepfeffert. Das Fett wird erhitzt, Zwiebeln, Gelbe Rübe und Brotſcheiben und nach 5 Minuten das Fleiſch hineingegeben und ſofort im Fett umgewendet. Man läßt es auf allen Seiten braun anbraten. Kein Waſſer zugeben! Erſt, wenn das Fett zu heiß wird, löſcht man mit wenig heißem Waſſer und Brühe ab und ſtellt den Braten am beſten in das Bratrohr, wo man ihn unter fleißigem Begießen 1¼ Stunde braten läßt. Dann wird die Soße entfettet, mit ſaurem Rahm oder angerührtem Stärkemehl und etwas Fleiſchbrühe ſämig gemacht und nach dem Durchkochen durch ein Sieb gegeben.

Kalbsſchlegel (ganz gebraten). 1 Schlegel (zirka 7½ Kilo), 6 Eßlöffel Salz, 1 Teelöffel Pfeffer, ½ Kilo Fett, 3 Zwiebeln, 3 Gelbe Rüben, 1½ Liter Fleiſchbrühe, 1 Liter ſauren Rahm.

Von einem gut abgehängten Kalbsſchlegel ſchneidet man am erſten Gelenk die Sehnen los und häutet das Fleiſch. Dann wird er (nach Belieben geſpickt) mit Salz und Pfeffer eingerieben und im heißen Fett nebſt Zwiebeln und Gelbe Rüben braun angebraten. Dann ſtellt man die Bratpfanne in den heißen Ofen und brät den Schlegel unter häufigem Begießen 3 Stunden. Man glaſiert ihn, indem man nach Herausnehmen des Bratens den Bratenſaft eindämpfen läßt und damit den Schlegel fortwährend im heißen Ofen begießt. Nun zerlegt man ihn ſorgfältig, ſetzt ihn wieder zuſammen und gibt ihn auf eine heiße Platte und verziert mit einer Manſchette. Die Soße wird nach dem Glaſieren mit Rahm oder angerührtem Stärkemehl ſämig gemacht, mit Fleiſchbrühe aufgekocht und durchgeſeiht.

Polniſcher Kalbsbraten. 1 Kilo Fleiſch, 30 Gramm Speck, 2 Gurken, 2 Sardellen, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer. Zum Braten: 40 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, Fleiſchbrühe, Rahm, Wein.

Ein Stück vom Schlegel oder Bug klopfen, waſchen, häuten und abwechſlungsweiſe mit Speck-, Sardellen- und Gurkenſtreifen ſpicken. Nun wird das Fleiſch geſalzen, gepfeffert, gerollt, gebunden und wie Kalbsbraten gebraten.

Kalbsnierenbraten. 1½ Kilo Kalbfleiſch, 1 Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, 80 Gr. Fett, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, ¼ trockene Semmel, ¼ Liter Fleiſchbrühe, ¼ Liter ſaurer Rahm oder 1 Teelöffel Stärkemehl.

Kalbfleiſch vom Nierenſtück mit der Niere wird gewaſchen, abgetrocknet, geſalzen, gepfeffert und ſo gewickelt und mit Bindfaden umſchnürt, daß die Niere nicht herausſieht, da ſie ſonſt beim Braten trocken wird. Der Nierenbraten wird genau wie Kalbsbraten gebraten und angerichtet.

Kalbsrücken. (Für 10 bis 12 Perſonen.) 3 Kilo Kalbsrücken, 2 Eßlöffel Salz, 2 Priſen Pfeffer, 100 Gramm Speck, 150 Gramm Fett, 2 Zwiebeln, 2 Gelbe Rüben, ⅓ Liter ſauren Rahm, ¼ Liter Fleiſchbrühe.

Der Kalbsrücken mit den Nieren wird gewaſchen, gehäutet und geſpickt, mit Salz und Pfeffer eingerieben und in reichlich Fett mit den üblichen Zutaten unter fleißigem Begießen 2 Stunden gebraten. Dann gibt man obenauf dicken, ſauren Rahm und läßt ihn braun werden. Die Soße wird wie Kalbsſchlegelſoße gemacht. Beim Anrichten löſt man die Niere heraus, ſchneidet das Rückenfleiſch ſcharf am Rückgrat entlang los und teilt die filetartigen Bratenteile in ſchräge Stücke. Dann ſetzt man den Rücken wieder in ſeine urſprüngliche Form zuſammen. Die Nieren ſchneidet man in feine Scheiben und belegt damit den Rücken ſchuppenartig. Man garniert die Platte mit jungen Gemüſen oder mit Tomaten oder Pilzen und Makkaroni. Nach Belieben verziert man einen derartigen Feſtbraten mit Zitronenkörbchen uſw.

Kalbsrolle. 1 Kilo Kalbsbruſt. Zur Fülle: ¼ Kilo gehacktes Schweinefleiſch, 1 Semmel, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, Muskat, 1 Teelöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel Zwiebeln und Peterſilie, 2 Sardellen, 2 Eßlöffel ſaurer Rahm. Zum Braten: 50 Gramm Fett, Salz, 1 Gelbe Rübe, 1 Zwiebel, ¼ Liter Fleiſchbrühe, 2 Eßlöffel Wein.

Die Kalbsbruſt entbeinen, waſchen, abtrocknen, ſalzen und pfeffern; die innere Seite mit Eiweiß beſtreichen. Von den angegebenen Zutaten eine Fülle herſtellen, in die Kalbsbruſt füllen, die Rolle der Länge nach zunähen, ſalzen und in heißem Fett ſchön braun anbraten. Dann von Zeit zu Zeit etwas Fleiſchbrühe zugießen und unter fleißigem Begießen 1½ Stunden braten laſſen. ¼ Stunde vor dem Anrichten ſauren Rahm darübergießen. Den Braten in Scheiben aufſchneiden und heißſtellen. Die Soße entfetten, Zwiebeln und Gelbe Rüben herausnehmen und durchſeihen, aufkochen und mit Wein abſchmecken. (Für 6 Perſonen.)

Kalbsbruſt, gefüllt. 1 Kilo Kalbsbruſt. Zur Fülle: 2 Semmel, 1 bis 2 Eier 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, Muskat, 1 Eßlöffel Zwiebeln und Peterſilie, 20 Gramm Butter. Zum Braten: 50 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, ¼ Liter Fleiſchbrühe.

Die Kalbsbruſt entbeinen, waſchen, abtrocknen, zum Füllen aufſchneiden, innen ſalzen und pfeffern. Die trockenen Semmeln in gleichmäßige Würfelchen ſchneiden, mit Salz beſtreuen und mit ¼ Liter kochender Milch übergießen und zudecken. Nach ½ Stunde vorſichtig die verquirlten Eier, Gewürze und die gedämpften Zwiebeln und Peterſilie daruntergeben, durchziehen laſſen, in die Kalbsbruſt einfüllen und dieſe zunähen. Fertig braten wie Kalbsrolle.

Kalbsbruſt, gedämpft. ½ Kilo Fleiſch, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 40 Gr. Fett, ⅛ Liter Milch, ½ Zwiebel, 1 Eßlöffel Mehl.

Die möglichſt fette Kalbsbruſt nach dem Waſchen in 2 bis 3 Stücke ſchneiden, ſalzen und pfeffern, in Mehl umwenden und in heißem Fett auf beiden Seiten braun anbraten. Dann Zwiebelſcheiben und, wenn dieſe braun ſind, die Milch zugeben und das Fleiſch zugedeckt ungefähr 1 Stunde weichdämpfen.

Kalbsbruſt, gebacken. ½ Kilo Kalbsbruſt, 2 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, Suppengrün, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe. Zum Backen: 1 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Zitronenſaft, Priſe Pfeffer, Eiweiß, Semmelmehl, Backfett.

Die entbeinte, gewaſchene Kalbsbruſt in die kochende, gewürzte Suppenbrühe geben, ehe ſie ganz weich iſt (nach ¾ Stunden) herausnehmen, in 1½ Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden und, zwiſchen naſſe Brettchen gepreßt, kalt ſtellen. Vor dem Gebrauch mit Zitronenſaft beträufeln, ſalzen, pfeffern, in Eiweiß und Semmelmehl wenden und, in heißem Backfett ſchwimmend, 8 Minuten backen. Mit Zitronenſcheiben verzieren und Gelbe Rüben oder anderes Gemüſe dazu reichen.

Eingemachtes Kalbfleiſch. ½ Kilo Kalbsbruſt oder Bug, 2 Liter kochendes Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, Peterſilie, 1 kleine Zwiebel mit 1 Nelke, ½ Lorbeerblatt, 1 Zitronenſcheibe, 2 bis 3 Eßlöffel Wein, 40 Gramm Butter, 40 Gramm Mehl, ½ Liter Brühe (1 Eigelb).

Die gewaſchene, mit kochendem Waſſer (damit das Fleiſch weiß wird) gebrühte Kalbsbruſt in dem kochenden, gewürzten Waſſer beiſetzen und 1 Stunde kochen laſſen. Unterdeſſen ſtellt man von den angegebenen Zutaten eine Butterſoße her, womit man die in Stücke geſchnittene Kalbsbruſt übergießt. Nach Belieben mit Zitronenſaft würzen und mit Eigelb abziehen.

Kräftiger wird das eingemachte Kalbfleiſch auf folgende Art:

Eingemachtes Kalbfleiſch (andere Art).

Kalbfleiſch von Bruſt, Bug oder Schlegel in Stücke ſchneiden, mit kochendem Waſſer überbrühen, daß es weiß wird. Am beſten in einem glaſierten Topfe läßt man 50 Gramm Butter heiß werden, gibt das Fleiſch nebſt Salz und Pfeffer zu, läßt es gelblich werden, ſtaubt Mehl darüber, dämpft es mit, gießt mit Fleiſchbrühe oder dem Abbrühwaſſer auf, gibt Salz und Pfeffer, 1 kleine, mit 1 Nelke beſteckte Zwiebel, ¼ Lorbeerblatt, 1 Eßlöffel Wein zu und läßt alles kochen, bis das Fleiſch weich iſt. Auf einer runden Platte inmitten eines Reisrandes anrichten.

Kalbfleiſch, braun. ½ Kilo Fleiſch, 1 Teelöffel Salz, 30 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, 1 Teelöffel Eſſig, ¾ Liter Fleiſchbrühe, 1 kleine Zwiebel, 1 Nelke, ½ Lorbeerblatt, 2 Eßlöffel Wein.

Kalbfleiſch vom Schlegel oder Bug klopfen, waſchen, in Stücke ſchneiden und raſch in heißem Fett anbraten. 40 Gramm Braunmehl noch 5 Minuten mitröſten, mit Fleiſchbrühe, Wurzelbrühe oder Waſſer ablöſchen und 1 Stunde dämpfen laſſen. Zwiebeln und Lorbeerblatt herausnehmen und mit Wein abſchmecken. Spätzle, breite Nudeln oder Klöße dazu reichen.

Kalbskopf-Ragout (en tortue). ¼ Kalbskopf (¾ Kilo ohne Knochen), 2½ Liter Waſſer, 1½ Eßlöffel Salz, 1 Eßlöffel Eſſig, 2 Nelken, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, 2 Pfefferkörner, Suppengrün, 1 kleine Zitronenſcheibe. Zur Soße: 50 Gramm Fett, 100 Gramm Mehl, 1 Liter Kochbrühe, 1/8 Liter Tomatenmark, 1 Eßlöffel Wein. Zum Marinieren: ½ Teelöffel Salz, Paprika, 2 Eßlöffel Rotwein.

Am Tage vor dem Gebrauch wird der Kalbskopf entbeint, gewäſſert, gerollt und mit Schnur umbunden in dem kochenden, mit den angegebenen Zutaten verſehenen Sud beigeſtellt und ſo lange gekocht, bis man das Fleiſch mit einem Strohhalm durchſtechen kann. (2½ bis 3 Stunden.) Nun löſt man die Schnur, entfernt die weiße Gaumenhaut und häutet die Zunge. Bis das Fleiſch abgekühlt iſt, ſtellt man aus Fett, Mehl und Kochbrühe eine braune Soße her, die einige Stunden durchkochen ſoll. Das Fleiſch ſchneidet man in verſchobene Rechtecke und mariniert es (nach Belieben) mit der in Scheiben geſchnittenen Zunge 1 Stunde mit Salz, Rotwein und Paprika. Es wird dann in die durchgeſeihte Soße gegeben, aufkochen laſſen und beim Anrichten mit Wein gewürzt. Man gibt das Gericht in eine runde Platte, etwa in einen Kranz von gekochtem Reis oder breiten Nudeln, und verziert mit den heißgemachten, ausgezackten Ohren, mit Gurkenfächern und mit Eiervierteln. In die Mitte gibt man das in Ei und Semmelmehl umgewendete, gebackene Hirn, das man mit Blätterteighalbmonden umlegen kann.

Kalbskopf, gebacken.

Der gekochte und in Scheiben geſchnittene Kalbskopf wird mit Salz, Pfeffer, gehackter Peterſilie und Zitronenſaft gewürzt und in Ei und Semmelmehl umgewendet, in heißem Fett auf beiden Seiten braun gebacken und mit Kopfſalat aufgetragen.

Kalbsvögel (Kalbsrouladen). ½ Kilo Kalbfleiſch vom Schlegel, 125 Gramm gewiegtes Schweinefleiſch, 20 Gramm Butter, 1 Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, 1 Teelöffel Salz, ½ Semmel, ½ Ei, 1 bis 2 Eßlöffel ſaurer Rahm, 1 Eßlöffel Weißwein, ½ Teelöffel Zitronenſaft.

Das Schlegelfleiſch in handgroße, dünne Scheiben ſchneiden und dieſe breit klopfen. ½ Semmel oder 1 Eßlöffel Semmelbröſel mit Zwiebeln und Peterſilie dämpfen, mit dem gewiegten Schweinefleiſch, Pfeffer und Salz gut vermiſchen. (Statt Schweinefleiſch kann man auch 3 bis 4 gewiegte Sardellen nehmen.) Die Fülle auf die wenig gewürzten Schnitzel aufſtreichen, dieſe zu Rollen zuſammenwickeln und mit einem Hölzchen feſtſtecken. Hierauf in heißem Fett die nach Belieben in Mehl gewendeten Kalbsvögel mit Zwiebeln ringsum braun anbraten, mit Mehl ſtäuben und mit Rahm ablöſchen. Zugedeckt 30 Minuten dämpfen laſſen. Die Soße entfetten und durchſeihen. Zum Feſthalten ſind jetzt praktiſche Metallklammern im Handel.

Kalbsrollen mit Schinken.

Recht große Kalbsſchnitzel mit Salz und Pfeffer einreiben, jedes mit einer Scheibe Schinken belegen, dieſe meſſerrückendick mit in Butter gedämpften Zwiebeln und Peterſilie beſtreichen und mit einer Scheibe von hartgekochtem Ei belegen. Zu einer Rolle zuſammenwickeln und mit Bindfaden umbinden. Wie Kalbsvögel fertigſtellen.

Kalbskoteletten. 4 Kalbskoteletten, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 50 Gramm Fett, 20 Gramm Butter.

Von den Knochen der möglichſt fleiſchigen, abgehängten Koteletten ſchneidet man an der einen Seite die Haut auf, drückt und zieht dieſe bis zur Hälfte des Stiels herunter und ſteckt dieſen durch das losgelöſte Knochenfleiſch. Nun klopft man ſie und gibt ihnen dabei eine möglichſt runde Form. Erſt kurz vor dem Gebrauch werden ſie geſalzen und gepfeffert, in heißem Fett ſofort umgewendet und je nach Dicke 8 bis 10 Minuten bei nicht zu ſtarker Hitze gebraten. Durch öfteres Wenden und Begießen wird das Fleiſch ſaftig gehalten. Will man die Koteletten beſonders weich haben, ſo gießt man nach dem Braten 1 bis 2 Eßlöffel Fleiſchbrühe oder Bratenſaft zu und läßt ſie zugedeckt bei kleinem Feuer noch einige Zeit dämpfen. Kurz vor dem Anrichten werden ſie mit friſcher, heißer Butter übergoſſen und mit Zitronenſcheiben verziert, angerichtet.

Kalbskoteletten, paniert. 4 Koteletten, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 Ei, 1 Eßlöffel Milch, Semmelmehl, Fett zum Braten.

Die vorgerichteten Koteletten werden mit Salz und Pfeffer beſtreut, in Eimilch und Semmelmehl gewendet (dieſes gut angedrückt) und in heißem Fett auf beiden Seiten goldbraun gebacken. (10 bis 12 Minuten.) Man verziert die Kotelettenſtielchen mit weißen Papiermanſchetten und die Platte mit Zitronenſcheiben.

Kalbskoteletten, mit Kräutern gedämpft. 4 Koteletten, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 50 Gramm Fett, 3 Eßlöffel Kräuter, 2 Eßlöffel ſaurer Rahm, ⅛ Liter Fleiſchbrühe.

Die Koteletten vorbereiten, ſalzen, pfeffern, in heißem Fett umdrehen und nebeneinander in die Pfanne legen. Obenauf Kräuter wie Eſtragon, Pimpinelle, Kerbel, fein verwiegt, darüber und läßt ſie im heißen Bratofen unter öfterem Begießen bräunen. Dann gießt man den Rahm darüber, ſchließt die Pfanne und läßt die Koteletten noch 20 Minuten dämpfen.

Wiener Schnitzel. ½ bis ¾ Kilo Schnitzelfleiſch, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 2 Eiweiß oder 1 Ei, Backfett, Semmelmehl, 20 Gramm friſche Butter.

Vom Kalbsſchlegel läßt man ſich fingerdicke, handgroße Schnitzel ſchneiden. Dieſe häuten, klopfen und ganz kurz vor dem Braten mit Salz und Pfeffer beſtreuen. Dann in Eiweiß oder verquirltem Ei, das man mit Milch verlängern kann, umwenden und ſchön braun nach Vorſchrift braten. (Bratezeit 10 Minuten. Dann das Fett abgießen, friſche Butter zugeben und einziehen laſſen. Nach Belieben mit Zitronenſcheiben verzieren.

Kalbsſchnitzel, unpaniert.

Die Schnitzel von Haut und Sehnen befreien, vorſichtig klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden und die Schnitzel in heißem Fett auf beiden Seiten braun braten. Nach 5 Minuten das Fett abgießen, wenig Fleiſchbrühe zugießen und in geſchloſſener Pfanne noch 15 bis 20 Minuten dämpfen laſſen.

Käſeſchnitzel. 4 Schnitzel, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, ½ Ei, 10 Gramm Butter, 40 Gramm Parmeſankäſe. Zum Teig: 80 Gramm Mehl, ¼ Taſſe Wein, 2 Eßlöffel Olivenöl, Priſe Salz, 1 Eiweiß, Backfett.

Schnitzel häuten, klopfen, ſalzen und pfeffern. Das Ei mit der zerlaſſenen Butter verrühren, die Schnitzel darin umwenden, dann in dem geriebenen Käſe und zuletzt in Ausbackteig tauchen und ſchwimmend in heißem Fett 10 Minuten backen.

Schnitzel, nach Holſteiner Art.

4 Kalbsſchnitzel, wie angegeben, unpaniert braten. Dann aus der Pfanne nehmen, in dieſelbe ¼ Taſſe Fleiſchbrühe geben, kurz aufkochen laſſen und die Soße über die angerichteten Schnitzel geben. Auf jedes derſelben ein gebackenes Spiegelei ſetzen und mit ausgeſtochenen, in Salzwaſſer gekochten Kartöffelchen, mit aufgerollten Sardellenſtreifen und Gurkenfächern verzieren.

Rahmſchnitzel.

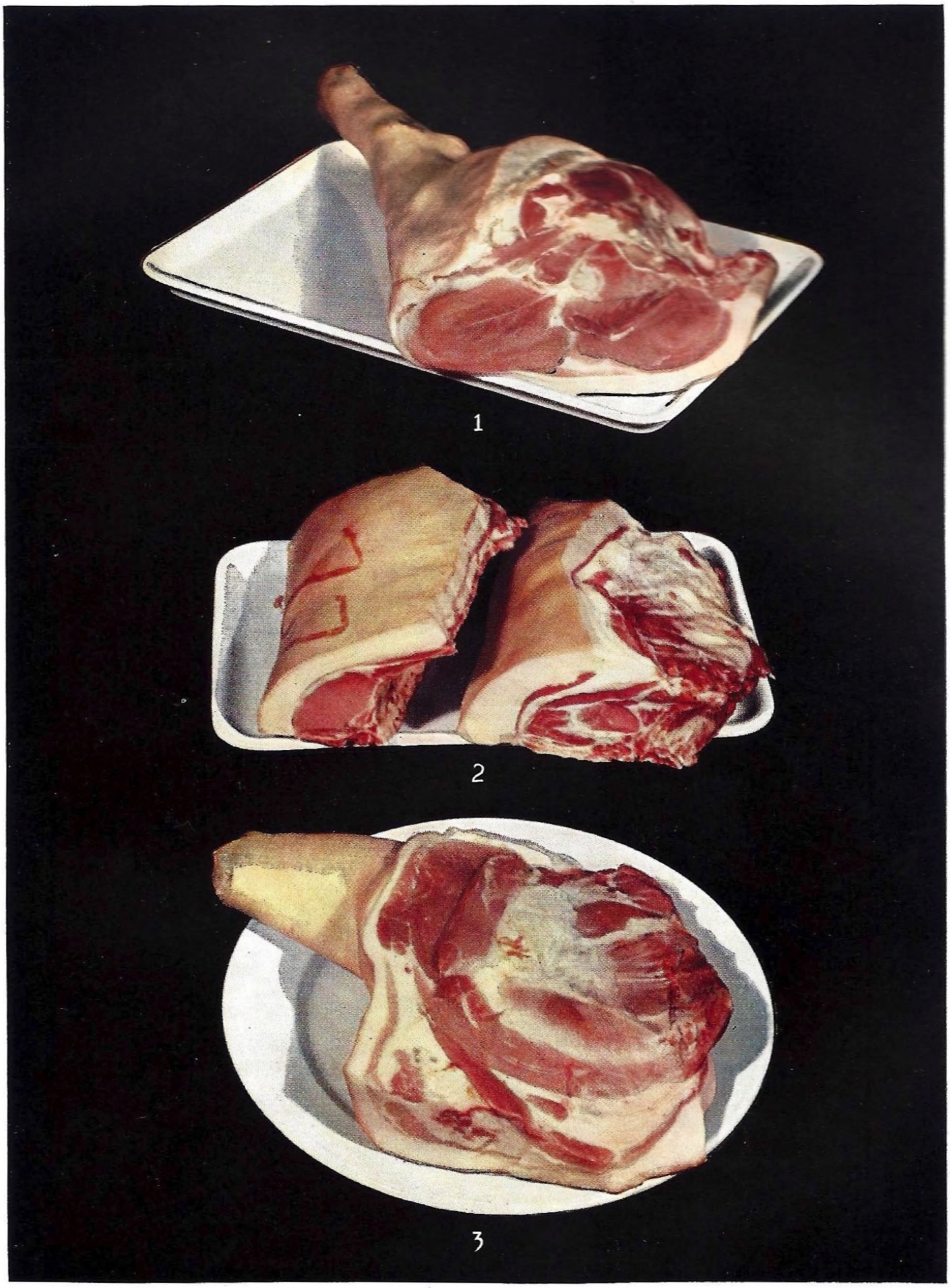
Die Schnitzel unpaniert vorrichten und braten. Zum Ablöſchen 2 bis 3 Eßlöffel ſauren Rahm, wenig Zitronenſaft und 1 Eßlöffel Weißwein zugeben.

Kalbshaxe gebraten. ¾ bis 1 Kilo Haxe, 40 Gramm Fett. 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, ⅛ Liter Fleiſchbrühe.

Die Kalbshaxe mit Salz und Pfeffer einreiben, in heißem Fett langſam anbraten, dann zugedeckt im eigenen Saft, nach 10 Minuten unter Zugabe von Fleiſchbrühe unter fleißigem Begießen ganz weich ſchmoren. (1 Stunde.) Sie muß ſehr knuſperig und innen weich ſein und wird mit gemſichtem Salat aufgetragen.

Kalbshaxe abgebräunt.

Die Haxe wird in Fleiſchbrühe beinahe weichgekocht und auf einem Sieb abtropfen laſſen. Dann beſtreut man ſie mit Salz und Pfeffer, wendet ſie in Mehl, verquirltem Ei und Semmelbröſel und backt ſie in heißem Fett ringsum ſchön



Schweinefleisch: 1. Schlegel, 2. Kotelettgrat und Halsgrat, 3. Bug oder Schulter

braun. Man verziert mit Zitrone und Peterſilie und gibt Kartoffelſalat oder grünen Salat dazu.

Kalbsfüße gebacken.

Die weichgekochten Kalbsfüße von den Knochen löſen, kurze Zeit zwiſchen naſſen Brettern preſſen, in paſſende Scheiben ſchneiden, in Ei und Semmelmehl wenden und in heißem Fett backen. Man kann die Scheiben auch vor dem Backen in Wein, Salz und Paprika 2 Stunden marinieren. Man reicht Salat dazu und garniert das Gericht mit Zitronenachteln und Peterſilie.

Kümmelkoteletten.

Eine Kalbskotelette oder Schnitzel wird geklopft, geſalzen und auf einer Seite in Mehl getaucht. Man brät es zuerſt mit der bemehlten Seite in Butter, ſtreut dann auf die andere Seite Kümmel und wendet. Dann brät man auf ſcharfem Feuer die Kümmelſeite fertig, entfettet den Saft und paſſiert ihn über das Fleiſch.

Schnitzel mit feinem Ragout.

Für jede Perſon rechnet man 1 Schnitzel, 1 Omelette von 1 Ei und 1 Eßlöffel feines Ragout.

Die Schnitzel werden wie Rahmſchnitzel gebraten, mit Soße übergoſſen und auf jedes 1 Eßlöffel Ragout gegeben. Man ſchlägt nun das beſtrichene Schnitzel in einen Eierkuchen und verziert die Platte mit Kartoffelkroketten oder Strohkartoffeln.

Paprikaſchnitzel. 4 Schnitzel, 40 Gramm Fett, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1/10 Liter Fleiſchbrühe. Zum Dämpfen: 4 Eßlöffel Zwiebeln, 20 Gramm Butter, 1/8 Liter ſaurer Rahm, Saft von ½ Zitrone, 1 Meſſerſpitze Paprika.

Schnitzel häuten, klopfen, ſalzen und pfeffern, in heißem Fett braun anbraten und mit Fleiſchbrühe und etwas Zitronenſaft ½ Stunde dämpfen. Währenddeſſen dämpft man in heißer Butter die Zwiebeln gelblich, löſcht mit Rahm ab, läßt ſie darin weich werden und gibt ſie durch ein Sieb. Nun mengt man die Dämpfbrühe des Fleiſches und den Paprika darunter und gibt das erhaltene Zwiebelmus auf die Schnitzel und läßt ſie vor dem Auftragen noch 5 Minuten durchziehen.

Kalbfleiſch, geſchnitzelt. 625 Gramm Kalbfleiſch, 40 Gramm Butter, 1 Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 Eßlöffel Mehl, Saft ¼ Zitrone, 4 Eßlöffel Wein.

Das Kalbfleiſch (vom Schlegel) klopfen, häuten und in dünne Scheibchen ſchneiden. In dem heißen Fett die Zwiebeln und Peterſilie gelblich dämpfen, das geſchnittene Fleiſch dazugeben und unter Wenden auf ſtarkem Feuer ſchnell überbraten. (8 Minuten.) Das Mehl darüber ſtreuen, durcheinander mengen, Fleiſchbrühe und Zitronenſaft zugeben. Mit Reis oder Bratkartoffeln als Schnellgericht zum Abendeſſen reichen.

Kalbsſchlegel, auf italieniſche Art.

Ein Schlegel wird ausgebeint, mit Salz und Zitronenſaft eingerieben, dann mit Gelben Rüben und Zwiebeln geſpickt und in heißem Fett mit Wurzelwerk fertig gebraten.

Das Schweinefleiſch

Vormerkung.

Es iſt wohl nicht zu viel geſagt, wenn man behauptet, daß Schweinefleiſch das am beſten ausnützbare und dankbarſte Fleiſch neben dem des Rindes in der Küche iſt. Es iſt leicht aufzubewahren. Zartes, mageres Fleiſch ſowie magerer Schinken ſind leicht verdaulich. Wegen der Fettbereitung aus dem fetten Fleiſche und der Verwendbarkeit auch des kleinſten Teiles vom Schweine, iſt dieſes für die kleinen und größeren Haushalte geeignet.

Die Fleiſchſtücke des Schweines ſind:

Die Keule oder der Schlegel. Wird verwendet zum Braten, Pökeln und Räuchern (Schinken).

Der Rücken oder das Nackenſtück. Wird entweder im ganzen gebraten oder zu Koteletten verwendet oder auch ausgebeint und gepökelt zu Kaſſeler Rippenſpeer.

Das Kammſtück. Wird meiſtens zu Koteletten genommen.

Das Bruſtſtück oder Wammerl. Wird friſch aus Kochfleiſch (Wellfleiſch) genommen, ebenſo auch gepökelt und geräuchert zu Sauerkraut uſw.

Das Speckſtück. Wird gepökelt, geräuchert und als Spick- oder Bratſpeck verwendet. Wird auch vielfach ausgelaſſen zur Gewinnung von Fett.

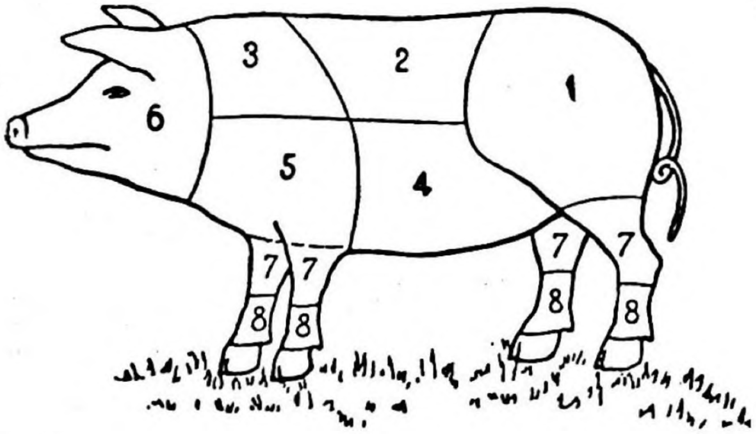
Haxen, Füße, Eisbein oder Knöchle. Werden zu Sulzen verwendet und auch eingepökelt.

Schulter oder Vorderſchinken. Werden zum Braten genommen und wie der hintere Schinken ebenfalls zum Pökeln und Räuchern verwendet.

Der Kopf. Wird größtenteils verwurſtet oder auch geſulzt.

Das ausgelöſte Filetſtück. Dies iſt das Delikateßſtück vom Schwein und wird verſchiedenartig verwendet, meiſtens aber gebraten.

Gutes Schweinefleiſch ſieht hellroſa aus, ſoll feinfaſerig und nicht zu fett ſein. Zum Räuchern nimmt man gerne Schweinefleiſch, da es infolge ſeines Fettgehaltes nicht leicht austrocknet. Spickſpeck iſt die vom Rücken abgelöſte, eingeſalzene und dann geräucherte Fettſchicht.



Bezeichnung der Fleiſchteile.

1. Schlegel
2. Rücken, Kotelette
3. Kamm
4. Bauch, Wammerl
5. Schulter
6. Kopf
7. Haxe
8. Füße

Grünes (d. h. friſches), gekochtes Schweinefleiſch. ½ bis ¾ Kilo Bauchlappen oder Kammſtück, 2 Liter Waſſer, 1½ Eßlöffel Salz, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe.

Gut durchwachſener Bauchlappen wird mit kaltem Waſſer gewaſchen, mit den Gewürzen beigeſtellt und langſam 1 Stunde mehr ſieden als kochen laſſen. Man gibt es zu Sauerkraut mit Kartoffelmus oder mit weißen mit Kartoffeln gekochten Rüben. Will man das Fleiſch im Sauerkraut kochen, ſo muß man ½ Stunde mehr Kochzeit rechnen.

Schweinebraten. ½ bis ¾ Kilo Fleiſch, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 Zwiebel und 1 Gelbe Rübe, ⅛ Liter Fleiſchbrühe, 1 Teelöffel Stärkemehl.

Halsſtück, Schlegel oder Bug klopfen, waſchen, ſalzen und pfeffern. Man ſtellt es in einer eiſernen Bratpfanne mit kochendem Waſſer, Zwiebeln und Gelbe Rübe ohne Fett bei und läßt es im Bratofen auf beiden Seiten braun anbraten. Unter fleißigem Begießen und wenn nötig unter Zugabe von Brühe läßt man das Fleiſch je nach Dicke des Stückes 1¼ bis 1½ Stunden braten. Die Soße wird entfettet, mit Fleiſchbrühe und dem angerührten Stärkemehl aufgekocht und durchgeſeiht. Nach Belieben kann man die manchmal am Fleiſch gelaſſene Schwarte rautenartig einſchneiden und am Fleiſch laſſen oder wegſchneiden und mitbraten.

Schweineſchlegel, ganz gebraten. (Für 30 Perſonen, nur als Feſtbraten gedacht.) 1 Schlegel von 6 Kilo, 3 bis 4 Eßlöffel Salz, 3 Priſen Pfeffer, 1 Liter Waſſer, 2 Zwiebeln, 2 bis 3 Gelbe Rüben, Semmelmehl, 2 Eßlöffel Stärkemehl, ⅔ Liter Fleiſchbrühe.

Ein nicht zu fetter Schlegel wird geklopft, gewaſchen, vorſichtig gehäutet, am erſten Gelenkknochen eingehackt, geſalzen und gepfeffert. Dann gibt man ihn mit einem Teil des kochenden Waſſers und den Gewürzen in die Bratpfanne und läßt ihn im Bratofen unter öfterem Begießen und Nachgießen von Flüſſigkeit 2½ Std. braten. Sodann beſtreut man ihn an der Oberſeite mit Semmelmehl, belegt mit Butterſtückchen und überbäckt ihn bei ſtarker Hitze etwa 15 Minuten, bis er eine ſchöne Kruſte hat. Den Schlegel herausnehmen und in ſchöne Scheiben ſchneiden, wieder zuſammenſetzen, auf heißer Platte anrichten und mit einer Papiermanſchette verſehen. Währenddeſſen wird die Soße hergeſtellt, indem man das Fett abgießt, den Bratenanſatz aufkratzt und mit Fleiſchbrühe und Rahm oder angerührtem Stärkemehl ablöſcht. Nach dem Aufkochen gibt man die Soße durch ein Sieb.

Schweinebraten gebeizt. 1 Kilo Fleiſch, ⅕ Liter Eſſig, ⅓ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz, 1 Zwiebel, 2 Nelken, ½ Lorbeerblatt, 4 Pfefferkörner, 1 Scheibe Zitrone, 1 Gelbe Rübe. Zum Braten: Bratengewürz, 3 Eßlöffel Braunmehl, Fleiſchbrühe, Wein.

Das Fleiſch vom Schlegel oder Bug waſchen, klopfen, in einer Schüſſel mit der von den angegebenen Zutaten hergeſtellten Beize oder mit Sauer- oder Buttermilch übergießen. 3 bis 5 Tage darin liegen laſſen. Bei der Zubereitung abtrocknen, mit Salz und Pfeffer einreiben und in heißem Fett raſch anbraten. Hierauf gebräuntes Mehl zugeben, mit Fleiſch- oder Wurzelbrühe ablöſchen und unter fleißigem Begießen 1¼ Stunden braten laſſen. Soße entfetten, durchſeihen, mit Wein abſchmecken.

Schweineragout. ½ Kilo Fleiſch, 40 Gramm Fett, 50 Gramm Mehl, ¾ Liter Fleiſchbrühe, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 Zwiebel mit 1 Nelke, ¼ Lorbeerblatt, ½ Teelöffel Eſſig, 1 Teelöffel Tomatenmark.

In heißem Fett das Mehl kaſtanienbraun röſten, mit Waſſer oder Fleiſchbrühe ablöſchen, die Gewürze zugeben und die Soße gut durchkochen laſſen. Während dieſer Zeit das Fleiſch (Schlegel, Bug) waſchen, klopfen und in 1½ Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden und dann in der Soße 1 Stunde dämpfen laſſen. Das obenſtehende Fett abſchöpfen, Zwiebeln, Lorbeerblatt und Nelke herausnehmen und mit Kartoffel- oder Semmelklößen reichen.

Schweinepfeffer oder Schwarzſauer. ½ Kilo Fleiſch, 2 Eßlöffel Eſſig, ¼ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz, 1 Zwiebel mit 2 Nelken, 2 Pfefferkörner, ¼ Lorbeerblatt, Suppengrün, 3 Eßlöffel Schweineblut, 20 Gramm Braunmehl.

Durchwachſenes Schweinefleiſch in Stücke ſchneiden, in der Beize aus den angegebenen Zutaten über Nacht ſtehen laſſen. In der Beize weichkochen oder in Fett anbraten und mit Beize und Waſſer ablöſchen und 1¼ Stunden kochen laſſen. Dann das mit Mehl angerührte Blut einrühren und 20 Minuten mitdämpfen. Zu Spätzle oder Kartoffelklößen.

Schweinskarree, mit der Schwarte gebraten. ¾ Kilo Fleiſch, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 1 kleine Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, ⅛ Liter Fleiſchbrühe, 2 Eßlöffel ſaurer Rahm oder 1 Teelöffel Stärkemehl.

Ein abgehängtes Stück Schweinerippe mit einer dünnen Fettſchicht waſchen, mit den Gewürzen und 1 kleinen Schöpflöffel kochendem Waſſer in den heißen Bratofen ſtellen, und zwar ſo, daß die Schwarte, die man vorher oder nach dem Wenden rautenförmig einritzen kann, nach unten zu liegen kommt. Nach einer halben Stunde umdrehen und noch 1 bis 1¼ Stunden braten. Es muß ſich eine braune Kruſte bilden, die, mit Bier beſtrichen, noch ſchöner wird. Auch kann man ſtatt Bier ſauren Rahm darüber gießen. Die Soße wie üblich ablöſchen, mit angerührtem Stärkemehl ſämig machen, aufkochen und durchſeihen.

Einfacher Schweinebraten.

Ein Rückenſtück wird einige Stunden vor dem Gebrauch mit Salz, Pfeffer oder auch mit einer zerdrückten Knoblauchzehe eingerieben. Beim Braten begießt man das Fleiſch mit ſeinem eigenen Fett. Bis es fertig iſt, braucht es bei mittlerer Hitze 1½ bis 2 Stunden.

Auf ungariſche Art.

Eine ausgebeinte Schweinskeule oder Rücken wird mit Salz, Paprika eingerieben, mit Gelbe Rüben und etwas Zwiebeln geſpickt und dann in Fett und Wurzelwerk gebraten.

Schweinsſchlegel im Brotteig.

Ein ausgebeinter Schlegel wird wie vorher angegeben gebraten und erkalten laſſen. Dann macht man Brotteig aus Brotmehl mit Sauerteig oder Hefe, wickelt den Braten hinein und bäckt bis der Teig gar iſt. — Auf dieſe Art bereitet man auch gepökelten Schinken in Brotteig.

Schweinefleiſch zum Räuchern einzuſalzen. 15 Kilo Fleiſch, 1¼ Kilo Salz, 200 Gramm Zucker, 20 Gramm Salpeter, 6 Liter Waſſer.

Hierzu nimmt man Schlegel, Rippenſtück, Bug, Bauchlappen und Hals. Der Schlegel wird mit einem ſcharfen Meſſer ſchön rund zugeſchnitten und 1 bis 2 Tage kalt geſtellt, im Sommer auf Eis. Die Hälfte des Salzes wird feſt in das Fleiſch, beſonders in die Nähe der Knochen eingerieben, da dort das Fleiſch am leichteſten ſich zerſetzt. Dann ſtellt man das Fleiſch wieder 24 Stunden recht kalt. Unterdeſſen kocht man den Reſt des Salzes mit Waſſer, Salpeter und Zucker auf und läßt ihn erkalten. Dann ſchichtet man in ein großes Holz- oder Steingefäß die großen Stücke zuerſt, die kleineren in die Zwiſchenräume, gießt die Lake darüber, legt glatte gebrühte Holzbrettchen darauf und beſchwert ſie mit einem ſauberen Stein. Da die Lake das Fleiſch in den erſten Tagen nicht ganz bedeckt, muß es zuerſt täglich gewendet oder mit der abgeſchöpften oder am Spundloch abgelaſſenen Lake öfters begoſſen werden. Nach 8 Tagen können kleine Stücke ſchon gekocht werden. Größere müſſen 2 bis 3 Wochen in der Lake liegen. Wird das Fleiſch geräuchert, ſo läßt man die Stücke 14 Tage, reſp. 3 bis 4 Wochen in der Lake liegen. Bevor man ſie in den Rauch hängt, läßt man ſie in der Kälte 24 Stunden abtropfen.

Dürrfleiſch.

Das Fleiſch ſoll gut durchwachſen und gut geräuchert ſein. Es wird einige Stunden vor der Zubereitung im Waſſer gebürſtet, eingeweicht und mit dem kalten Einweichwaſſer, 1 Zwiebel und 1 Gelbe Rübe beigeſtellt und je nach der Dicke des Stückes in geſchloſſenem Topf 1½ bis 2 Stunden ſiedend gehalten.

Schinken, gekocht.

Einen Tag vor der Zubereitung wird der Schinken im Waſſer gebürſtet und zum Aufquellen in friſches Waſſer gelegt. In dieſem wird er am nächſten Tag mit reichlich kaltem Waſſer (Einweichwaſſer) zum Kochen gebracht. Nach dem erſten Aufwallen wird er auf kleines Feuer geſtellt, ſo daß das Waſſer während der Kochzeit nur kleine Bläschen zieht, nicht aber ſprudelt! Nach 4 bis 5 Stunden iſt er gar, was man mittels einer Spicknadel leicht prüfen kann. Soll er kalt gegeſſen werden, läßt man ihn im Sud erkalten. Wird er warm aufgetragen, ſo ſchneidet man die Speckſchwarte bis auf einen Reſt um den Knochen herum vorſichtig los und das Fett darunter mit einem ſcharfen Meſſer ſchön glatt. Dieſe um den Knochen ſtehen gebliebene Schwarte zackt man zur Manſchette hübſch aus und gibt um den Knochen noch eine Papiermanſchette. Beim Schneiden beginnt man an der oberen Wölbung. Iſt man auf dem Knochen angelangt, ſo ſetzt man die Scheiben wieder zuſammen, ſo daß der Schinken möglichſt wieder ſeine urſprüngliche Form erhält. Der Schinken wird mit Peterſilienſträußchen oder mit Bratſpieß, Zitronenkörbchen und Kartoffelröschen zu Blumenkohl oder Spargeln aufgetragen.

Schinken in Brotteig.

In dieſer Form zubereitet, bleibt der Schinken am ſaftigſten, kann dann aber nur in einem Bäckerofen zubereitet werden. Nach dem Vorrichten und Einweichen muß die Schwarte losgeſchnitten werden. Man richtet einen Brotteig von ¾ bis 1 Kilo Mehl, wellt ihn nach dem Gehen 1½ Zentimeter dick aus, hüllt den Schinken gut darin ein und läßt ihn auf dem bemehlten Brett gehen. Iſt der Teig gegangen, ſo wird der Schinken darin eingewickelt, in den Backofen geſchoben, und hier bei einer Temperatur von 200 bis 250 Grad Celſius 2½ bis 3 Stunden gebacken. Die Brotkruſte wird nach dem Backen gelöſt und der Schinken, wie oben angegeben, aufgeſchnitten und angerichtet.

Schinken in Burgunder. 1 Rollſchinken von 2½ Kilo, 6 Liter Waſſer, 1 Liter Burgunder, 1 Zwiebel, 1 Stückchen Sellerie, 1 Gelbe Rübe, Peterſilie. Zur Soße: 70 Gramm Fett, 90 Gramm Mehl, 6 Eßlöffel Tomatenmark, 2¼ Liter Schinkenbrühe, 1 Teelöffel Salz.

Der gekochte Schinken wird mit Burgunder oder einem anderen ſtarken Rotwein, Zwiebeln, Peterſilie und Sellerie in eine nicht zu große eiſerne Pfanne gelegt, dieſe in den heißen Bratofen geſtellt und der Schinken unter öfterem Begießen 1 Stunde gebacken. Bei einem größeren Schinken entſprechend längere Backzeit. 10 Minuten vor dem Auftragen wird er glaſiert, in dem er in gut heißem Ofen fortwährend mit dem eingedämpften Bratenſaft übergoſſen wird. Unterdeſſen wird eine braune Soße aus Fett und Mehl hergeſtellt, mit Tomatenſaft und Schinkenbrühe aufgefüllt und 2 bis 3 Stunden durchgekocht. Dann gibt man den eingekochten Bratenſaft dazu und ſeiht die Soße durch.

Kaſſeler Rippenſpeer. ½ Kilo Fleiſch, ¼ Taſſe Waſſer, ¼ Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, 2 Pfefferkörner, 1½ Wacholderbeeren, ¼ Apfel, ſaurer Rahm, ¼ Taſſe Fleiſchbrühe.

Schwach geräuchertes Schweinefleiſch und zwar Rippenſtück, wird 1 Stunde eingeweicht, dann mit der Speckſeite nach unten in einer Bratpfanne in den heißen Bratofen geſtellt und im eigenen Fett mit den Gewürzen gebraten. Vor dem Anrichten übergießt man mit ſaurem Rahm, entfettet die Soße und ſeiht ſie durch. Sauerkraut, Blaukraut, Bohnen dazu reichen.

Schweinsfilet, geſpickt. 1 bis 2 Schweinsfilets, 20 Gramm Speck, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 30 Gramm Fett, 10 Gramm Mehl, 1 kleine Zwiebel, 2 Eßlöffel ſauren Rahm, Fleiſchbrühe, 2 bis 3 Eßlöffel Wein.

Die Filets häuten, an der Oberſeite ſpicken, Salz, Pfeffer und Mehl darüberſtreuen. Mit Zwiebeln in das heiße Fett geben und zugedeckt 30 Minuten dämpfen laſſen. Rahm oder 1 Teelöffel angerührtes Stärkemehl dazugeben, mit Wein würzen und mit der entfetteten Soße auftragen.

Schweinskoteletten.

Die Koteletten werden wie Kalbskoteletten zugerichtet, nur wird das Fleiſch nicht vom Knochen gelöſt. Man bereitet ſie paniert oder unpaniert und gibt Blaukraut, bayeriſches Kraut, Gelbe Rüben oder Bohnen dazu.

Schweinsſchnitzel.

Zubereitung wie Kalbsſchnitzel.

Schweinsrollen.

Zubereitung wie Kalbsrollen.

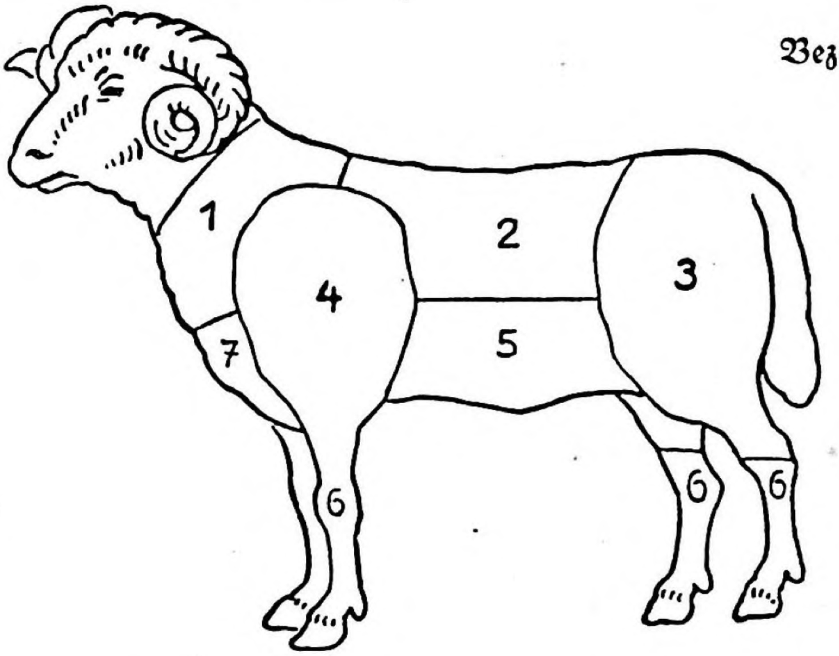
Hackbraten. 125 Gramm Ochſenfleiſch, 125 Gramm Schweinefleiſch, 125 Gramm Kalbfleiſch, 2 bis 4 Semmel, 1 bis 2 Eier, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, Muskat, 1 Teelöffel gedämpfte Zwiebeln, Peterſilie. Zum Braten: 40 Gramm Fett, 1 Zwiebel, ¼ Taſſe Fleiſchbrühe, 2 Eßlöffel ſauren Rahm, 1 Eßlöffel Wein.

Das Fleiſch durch die Fleiſchmaſchine geben, die eingeweichten, ausgedrückten und verzupften Semmeln, die Gewürze und das Ei zugeben, alles ſehr gut verarbeiten und die Maſſe zu einem Stollen formen. Dieſen in Semmelmehl umwenden, in heißem Fett umdrehen und 1 Stunde mit den Bratenzutaten im Bratofen braten. Nach Belieben kann man die rohe Maſſe in ein Schweinenetz füllen und braten.

Hammelfleiſch

Vormerkung. Dem Hammelfleiſch ſteht man in Küchenkreiſen zwar etwas ablehnend gegenüber, und dies hat wohl in dem, dem Hammelfleiſch anhaftenden Geruch ſeinen Grund. Dies ſollte aber nicht als Entſchuldigung zu ſeiner Nichtverwendung dienen, denn der Geruch läßt ſich ſehr leicht entfernen, wenn man das Fleiſch vor der Zubereitung mit Eſſig oder Zitronenſaft abreibt; dies erübrigt ſich, wenn man das Fleiſch mariniert. Zudem hat Hammelfleiſch verſchiedene Vorteile; es iſt billig und übt auch einen heilſamen Einfluß auf Magen und Darm aus, daher ſollte es öfter als das ſonſt der Fall iſt, auf dem Küchenzettel ſtehen. Wie Suppenfleiſch gekocht, verdient es öftere Anwendung.

Das Hammelfleiſch ſteht in Bezug auf Nährwert dem Ochſenfleiſch kaum nach und iſt bei richtiger Zubereitung ſehr ſchmackhaft und leicht verdaulich. Es ſoll ſaftig rot ausſehen und weißes Fett haben. Die roſa Oberhaut hat einen ſtarken Geruch und Geſchmack. Man tut daher gut, dieſe ſtets zu entfernen.



Bezeichnung der Fleiſchteile.

1. Bruſt
2. Rücken
3. Schlegel
4. Schulter
5. Bauch
6. Füße
7. Stich

Hammelfleiſch, gekocht.

Die Zubereitung iſt dieſelbe wie die vom gekochten Ochſenfleiſch. Das Fleiſch iſt äußerſt wohlſchmeckend. In die Brühe wird Reis, Grieß oder Graupen eingekocht.

Hammelbraten. ¾ Kilo Hammelfleiſch, 50 Gramm Fett, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 1 Gelbe Rübe, ⅛ Liter Fleiſchbrühe, 1 Teelöffel Stärkemehl, 1 Knoblauchzehe, Rahm.

Man nimmt am beſten Fleiſch vom Schlegel oder Bug, häutet, wäſcht und klopft es, reibt es mit Salz und Pfeffer ein, ſchiebt eine geteilte Knoblauchzehe unter die Fleiſchmuskeln und brät es mit den Bratenzutaten auf beiden Seiten braun an. Dann gibt man ein wenig Fleiſchbrühe zu und läßt das Fleiſch unter häufigem Begießen 1½ bis 2 Stunden braten. Herſtellung der Soße nach ſorgfältigem Entfetten durch Einrühren von ſaurem Rahm und etwas angerührtem Stärkemehl. Bei Hammelfleiſch müſſen Teller und Platte beſonders gut erwärmt werden, da Hammelfleiſch ſchnell erſtarrt und leicht widerſteht.

Hammelſchlegel.

Wird ein ganzer Hammelſchlegel gebraten, ſo werden die übereinanderliegenden Häute wie beim Rehſchlegel entfernt, die obere Fettſchicht eingeſchnitten, der Knochen gekürzt, der Schlegel geſpickt und mit einer Taſſe heißen Waſſers, Zwiebeln und Gelbe Rübe ſowie einer Brotrinde in den Bratofen geſtellt. Er muß fleißig begoſſen und ¼ Stunde vor dem Aufſchneiden gut entfettet werden. Bratezeit 3 Stunden.

Schlegel, mariniert, mit ſpaniſcher Soße.

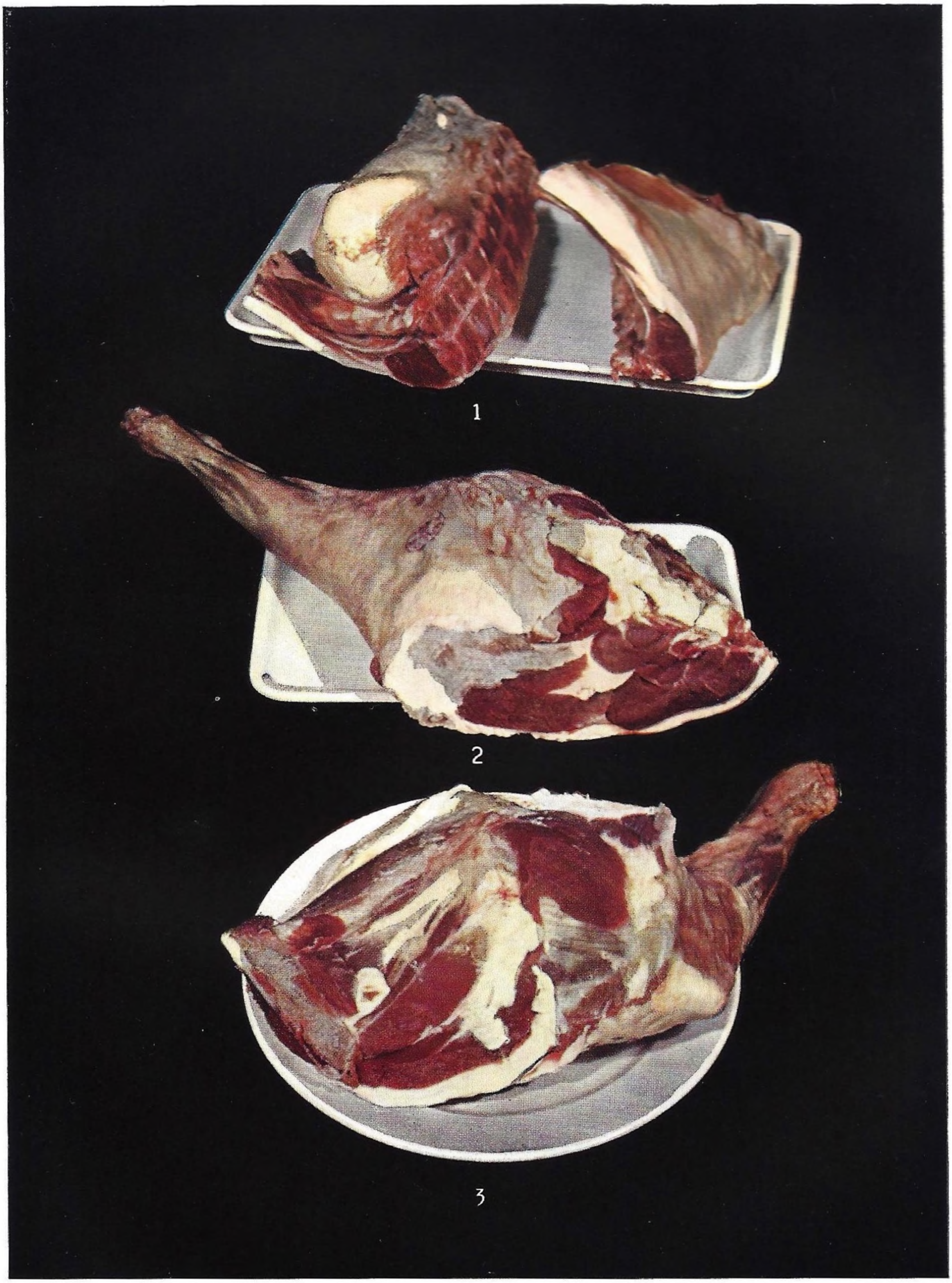
Der Schlegel wird mit Zwiebel- und Zitronenſcheiben, etwas weißem Wein und Gewürz mariniert und einige Tage darin liegen gelaſſen; dann ſalzt man, ſpickt mit Speckſtreifen und brät ihn, indem man mit Fett, Brühe, der Marinade und mit dem eigenen Saft begießt. Man umlegt mit Kartoffeln, Makkaroni, Reis oder auch grünen Bohnen.

Spaniſche Soße.

Fleiſchabfälle, einige Scheiben rohen Schinken, geſchnittenes Wurzelwerk und Speck dünſtet man ab. Wenn das Gericht ſchöne Farbe hat, ſtaubt man mit Mehl und verdünnt es mit Brühe, in der man zur Verbeſſerung Bratenreſte uſw. ausgekocht hat, gibt etwas Wein zu und läßt 1 bis 2 Stunden langſam kochen, wobei man abſchäumt. Dann ſeiht man ſie, kocht ſie noch etwas dicker ein und ſchöpft das Fett ab, gibt noch etwas Zitronenſaft und einige Löffel Madeira dazu. Die Soße ſoll ſchöne braune Farbe und kräftigen Fleiſchgeſchmack haben. — Den Bratenſaft kocht man mit dieſer Soße auf und ſerviert ihn geſondert.

Mit Knoblauch.

Man ſpickt einen geklopften, geſalzenen und abgehäuteten Schlegel mit Knoblauch und Thymian, die man zerdrückt und mit feingehacktem Speck vermiſcht hat, auf die Weiſe, daß man mit einem Meſſer in das Fleiſch ſticht und in die ſo entſtandenen Öffnungen die Spickmaſſe ſtreicht; dann legt man ihn auf viel



Hammelfleisch: 1. Nierenstück und Kotelettgrat, 2. Schlegel, 3. Bug oder Schulter

Zwiebelſcheiben und brät ihn unter Begießen mit Fett und Brühe. Hat er ſchöne Farbe, ſo gibt man Bröſel, Zitronenſchalen, Lorbeerblatt, Muskatblüte und wenn die Bröſel angelaufen ſind, ſauren Rahm, etwas Eſſig und Brühe in den Saft. Beim Anrichten gibt man den Saft paſſiert über den Braten.

Mit Speck geſpickten Schlegel begießt man beim Braten mit ſaurem Rahm, Fett und Suppenbrühe.

Hammelrücken, gerollt.

Von einem gut abgeſchlagenen Rückenſtück löſt man Knochen und Fett, klopft und reibt es mit Salz, Pfeffer, Zwiebeln ein und läßt es 24 Stunden liegen. Nachdem beſtreicht man es mit Schinkenfülle, rollt es zu einer Wurſt, umwindet mit Bindfaden und brät unter fleißigem Begießen mit Schweinefett, Brühe und dem eigenen Safte.

Schinkenfülle.

100 Gramm entrindeter Schinken, erweichte und ausgedrückte Semmeln, 70 Gramm Ochſenmark, in dem man Schalotten und Peterſilie anlaufen ließ, Pfeffer, 2 Eier und 280 Gramm gehackten Schinken miſcht man zuſammen und beſtreicht damit das Innere des Rückens.

Hammelfleiſch, gedämpft.

Man legt einen dichtſchließenden Kochtopf mit Krautblättern aus, gibt eine Schicht rohe, in Scheiben geſchnittene Kartoffeln hinein, darauf gut geklopfte, geſalzene und gepfefferte Schnitzel von Hammelfleiſch, darauf wieder Krautblätter, dann Kartoffeln, dann Fleiſch bis alles eingelegt iſt; dann gießt man wenig Waſſer zu, damit es nicht anbrennt, ſchließt dicht und dünſtet bei mäßiger Hitze ungefähr 2 Stunden. — Der Abſchluß muß von Krautblättern gebildet ſein.

Hammelfleiſch, wie Reh zubereitet. (Für 6 bis 8 Perſonen.) 1½ Kilo Hammelſchlegel. Zur Beize: ¼ Liter Eſſig, ⅓ Liter Waſſer, 1 Scheibe Zitrone, einige Wacholderbeeren, 4 bis 6 Pfefferkörner, ½ Zwiebel. Zum Braten: Zutaten wie ſonſt.

Das gut abgehängte Fleiſch legt man mit den Beizzutaten in eine Schüſſel, die man nach Belieben mit Tannenzweigen ausgelegt hat. Unter täglichem Wenden läßt man es 3 bis 5 Tage darin liegen. Bei der Zubereitung abtrocknen, ſalzen, pfeffern und mit feinen Speckſtreifen reichlich durchziehen. Fertigſtellen wie Wildfleiſch. Man kann den Schlegel auch in ſaure Milch ſtatt in Beize einlegen (ſiehe Reh).

Hammelbraten, mit Senf gebeizt.

Fleiſch vom Schlegel oder Bug häuten, klopfen, ſpicken und mit Senf beſtreichen, in einer Schüſſel 1 bis 3 Tage ſtehen laſſen. Zubereiten wie vorſtehend.

Hammelrücken.

Den Rücken häuten, die Niere mit dem Fett herausſchneiden und dieſe mit dem gewürzten Rücken im Bratofen unter fleißigem Begießen braten. Aufſchneiden und Anrichten wie Kalbsrücken.

Hammelkoteletten, auf Roſt gebraten.

Die Koteletten vorbereiten wie Kalbskoteletten, mit Butter oder Öl beſtreichen und 10 Minuten unter Wenden auf beiden Seiten auf dem Roſt braten. Sie müſſen nach dem Würzen ſofort aufgetragen werden und ſollen innen roſa ſein. Nach Belieben ein Stückchen Kräuter- oder Sardellenbutter obenauf oder eine Zwiebelſoße dazu geben. Meiſt reicht man aber junge Bohnen oder Erbſen dazu.

Hammelkoteletten, gedämpft.

Zubereitung wie Kalbskoteletten. Die Soße mit Madeira würzen.

Hammelkoteletten mit Zwiebelfülle. 670 Gramm Hammelkoteletten, 80 Gramm Butter, 40 Gramm Mehl, 3 bis 4 mittelgroße Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Muskat, 1 Eigelb, ¼ Liter Milch, 20 Gramm Käſe.

Die geſchälten weißen Zwiebeln in Scheiben ſchneiden, in kochendem Waſſer aufkochen laſſen, auf einen Durchſchlag geben und in 40 Gramm Butter mit dem Mehl hell dünſten, mit Milch ablöſchen und ½ Stunde kochen laſſen. Dann durch ein Sieb ſtreichen und nach dem Erkalten 1 Eigelb, Salz, Pfeffer und Muskat zugeben und alles gut vermengen. Die Koteletten auf einer Seite anbraten, das Zwiebelmus fingerdick auf die gebackene Seite ſtreichen, mit Semmelmehl und Parmeſankäſe beſtreuen und im Backofen hellgelb anbacken laſſen.

Hammelfleiſch, nach Pariſer Art. ¾ Kilo Hammelfleiſch, 30 Gramm Fett, 1 Knoblauchzehe, ½ Zwiebel, 1 Eßlöffel Mehl, 3 Eßlöffel Tomatenmark, 1 bis 2 Eßlöffel Wein, 1 Eßlöffel Bratenſoße, ½ Eßlöffel Eſſig, ¾ Liter Fleiſchbrühe, ¼ Kilo Gelbe Rüben, ½ Kilo ausgeſtochene Kartoffeln, ⅛ Liter Erbſen, 1 Eßlöffel Salz.

In heißer Butter feingeſchnittene Zwiebeln und ein wenig Knoblauch hell andünſten, das in handflächengroße Stücke geſchnittene Fleiſch von der Bruſt oder vom Bug zugeben und einige Zeit dämpfen laſſen, Mehl darüber ſtreuen, mit Fleiſchbrühe ablöſchen. Wein, Bratenſoße, Salz, Eſſig, Tomatenmark hinzufügen und alles in gut geſchloſſenem Topfe halb weich dämpfen laſſen. Dann die zugeſchnittenen Gelbe Rüben oder Karotten ſowie die ausgeſtochenen Kartoffeln zugeben und gar dämpfen. Die Erbſen für ſich in Butter dünſten und mit Salz, Muskat und 1 Priſe Zucker würzen. Das Hammelfleiſch wird erhöht auf einer Platte angerichtet und die Soße darübergegoſſen, die Gelbe Rüben und Kartoffeln außen herumgelegt und die Erbſen darübergeſtreut.

Hammelfrikaſſee.

Zubereitung wie eingemachtes Kalbfleiſch.

Hammelfleiſch mit Gemüſe (Irish stew). 1 Kilo Hammelfleiſch, 4 große Gelbe Rüben, 1 kleiner Kopf Weißkraut oder Wirſing, 1 Eßlöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 1 kleiner Lauchſtengel, 1 Eßlöffel Zwiebeln, Peterſilie, 6 große Kartoffeln, Fleiſchbrühe.

Bruſt oder Bug vom Hammel in handgroße Stücke ſchneiden, die Kartoffeln in Würfel, 1 kleinen Weißkrautkopf oder Wirſing, (1 Kopfſalat teilen) oder Bohnen putzen, ſchneiden und waſchen. In eine gut ſchließende Kaſſerolle Zwiebeln, Fleiſch, Gewürz, Gelbe Rüben, Kraut oder Bohnen, Kartoffeln uſw. lagenweiſe verteilen. Fleiſch oder Wurzelbrühe zugeben und den Topf möglichſt gut ſchließen (zukleben). 2 bis 2½ Stunden dämpfen laſſen, hie und da den Topf ſchütteln, nicht umrühren!

Lammgerichte

Vormerkung.

Die Hauptſaiſon für Lammfleiſch iſt von Anfang Dezember bis Ende April, doch auch für den Herbſt iſt das Fleiſch der Sommerlämmer ſehr geeignet. Als beſonders ſchmackhaft gilt das Fleiſch der mit Milch genährten Lämmer, da ihr Fleiſch beſonders weiß und feſt iſt.

Man verwendet beim Lamm mit Vorliebe den Rücken, die Keulen, das Schulterſtück oder die Keulen mit anhängendem Rücken. Beſonders beliebt ſind auch die Lammbrieschen. Zubereitung wie Kalbsbries.

Lammſchlegel mit Sauerampfer.

Ein Schlegelſtück wird gebraten, der Bratenſatz mit Fleiſchbrühe abgelöſcht, 1 Handvoll feingeſchnittener Sauerampfer hinzugegeben, gut durchgekocht, dann gewürzt, leicht mit Kraftmehl gebunden und durchgeſeiht. Man bereitet ein Sauerampferpüree, das mit dicker Sahnenbechamel zu binden und gut abzuſchmecken iſt, richtet die Keule auf einer langen Schüſſel mit einem Strauß grüner Kreſſe an und reicht den Sauerampfer ſowie neue Schwenkkartoffeln; Soße beſonders ſervieren.

Gefüllte Lammſchulter.

1 Lammſchulter wird ausgebeint und mit Schweinefleiſchfülle, der man etwas gehackte Champignons zugeſetzt hat, gefüllt, dann langſam in guter Fleiſchbrühe gar gedämpft und in dem Fond glaſiert. Man nimmt die Schulter heraus, löſcht mit kräftiger Fleiſchbrühe ab, gibt 1 Priſe Salz zu, läßt ſie mit friſchem Eſtragon gut auskochen, bindet mit Mehl und ſchmeckt mit den nötigen Gewürzen und etwas Madeira ab. Man ſchneidet die Schulter in ſchöne Scheiben, garniert ſie mit in Butter geſchwenkten Morcheln, glaſierten Karotten und Kartoffeln. Die Soße iſt beſonders zu reichen.

Hammel- oder Lammbruſt, gefüllt.

Zubereitung wie Kalbsbruſt.

Zickel oder Geißlein, gebraten.

3 bis 5 Wochen alte Tiere ſind am beſten und fleiſchigſten. Sie ſollen 3 bis 4 Kilo wiegen. Kopf, Hals, Vorderfüße, Herz und Leber verwendet man meiſt zu Ragout. Der Rücken mit Bauchlappen und Hinterſchlegeln wird gehäutet, geſalzen, gepfeffert und die Bauchlappen nach innen gedrückt (Rippen eindrücken!). Nun umſchnürt man das Fleiſch und gibt es mit Zwiebeln und Gelbe Rüben in das heiße Fett und brät es unter fleißigem Begießen eine knappe Stunde, gibt

ſauren Rahm, Sauermilch oder angerührtes Stärkemehl zum Binden dazu und läßt es noch ¼ Stunde braten. Die Soße entfetten, mit Brühe aufkochen, durchſeihen und das Fleiſch wie einen Haſen zerlegen.

Kaninchen.

Die Zubereitung iſt ähnlich wie die des Haſen. Beim Einkauf vorſichtig ſein. Nur reelle Geſchäfte haben die richtigen Sorten zum Verkauf!

Kaninchen, gebraten. 1 Kaninchen, 40 Gramm Speck, 1 Eßlöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, Bratengewürz, Rahm, Fleiſchbrühe.

Kopf, Hals, Bauchlappen und Vorderfüße zu Ragout verwenden, das übrige häuten, ſpicken und nach Belieben 24 Stunden in Buttermilch legen und wie Zickel braten. Wie Haſe zerlegen und Salat, Roſenkohl oder Blumenkohl dazu reichen.

Eingeweide

Vormerkung. Alle Eingeweide, außer Ochſenzunge, die man einſalzen und auch räuchern kann, müſſen möglichſt friſch genoſſen werden. Diejenigen des Kalbes, wie Zunge, Brieschen und Hirn eignen ſich auch als Krankenkoſt.

Ochſenzunge, friſch gekocht. 1 Ochſenzunge (2 Kilo), 4 bis 5 Liter Waſſer, 4 Eßlöffel Salz, 6 Pfefferkörner, 1 Zwiebel, ½ Liter Waſſer, ¼ Liter Weißwein.

Die Zunge eines jungen Tieres, die glatt ausſieht, wird mit Waſſer und Gewürzen beigeſtellt und langſam zum Kochen gebracht. Dann läßt man ſie auf kleinem Feuer 2 bis 3 Stunden ſieden, nicht kochen, da ſie ſonſt trocken ſchmeckt. Dann zieht man die Haut ab, ſchneidet die Zunge in gleichmäßige Scheiben und richtet ſie ſchuppenartig mit jungen Gemüſen verziert, auf heißer Platte an. Sobald ſich auf der Zunge Bläschen zeigen, iſt die Zunge weich.

Ochſenzunge, geſalzen gekocht. 1 Ochſenzunge (2 Kilo), 5 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Eſſig, ⅛ Liter Wein, 1 Zwiebel und Nelke, ½ Lorbeerblatt, Suppengrün, Gelbe Rübe, 5 Pfefferkörner.

Die geſalzene Zunge in den kochenden Sud geben, den man aus den angegebenen Zutaten hergeſtellt hat. Auf kleinem Feuer 4 bis 5 Stunden kochen, bis ſich auf der Zunge Bläschen bilden. Die Haut abziehen, die Zunge in Scheiben ſchneiden und mit Fleiſchbrühe übergießen.

Geräucherte Zunge und Rauchfleiſch.

Kochzeit 2 bis 4 Stunden je nach Größe oder Menge.

In lauwarmes Waſſer einlegen, zum Sieden bringen, ſiedend erhalten, und einige Stunden je nach Größe gar werden laſſen.

Ochſenzunge, geſpickt und gedämpft.

Friſche Ochſenzunge mit Waſſer, Salz und Gewürzen wie oben kochen. Nach 1½ Stunden herausnehmen, die Haut abziehen, der Länge nach die Zunge mit drei Reihen Speckſtreifen ſpicken und mit Zwiebeln und Gelbe Rüben in heißem

Fett braun anbraten, 2½ Eßlöffel Mehl zugeben, mitbräunen laſſen und mit Brühe glatt rühren. Sodann zugedeckt im Backofen 2 Stunden dämpfen laſſen. Die Soße mit Madeira würzen.

Ochſenzunge mit Rahmſoße.

Wird auf dieſelbe Weiſe zubereitet, nur gibt man nach und nach ¼ Liter ſaueren Rahm zu.

Kalbszunge, gekocht.

Zubereitung wie Ochſenzunge, Kochzeit 1 Stunde (ſieden!).

Kalbszunge, gebacken.

1 bis 2 Kalbszungen werden geſotten, abgezogen und der Länge nach durchſchnitten. Dann in Ei und Semmelmehl gewendet und ſchön hellbraun gebacken.

Zungenragout. 1 gekochte Ochſenzunge, 60 Gramm Butter, 30 Gramm Schinken oder Speck, 100 Gramm Mehl, 1 Zwiebel, Suppengrün, Pfeffer, Nelken, Zitronenſcheibe, ¼ Liter Rotwein.

Die Zunge nach Vorſchrift kochen, abziehen und in Scheiben ſchneiden. Aus den angegebenen Zutaten eine braune, mit Fleiſch- oder Zungenbrühe abgelöſchte Soße herſtellen, und dieſe langſam 3 bis 4 Stunden durchkochen. Mit Wein (Madeira) würzen, nach Belieben mit gedämpften Champignons und Blätterteighalbmonden verzieren.

Zunge in Kapernſoße.

Die gekochte, abgezogene und in Scheiben geſchnittene Zunge wird mit einer Kapernſoße übergoſſen.

Zunge mit Sulz.

Zum Einſulzen nimmt man gerne Ochſenzunge, die man nach dem Kochen, Erkalten und Abziehen geſchnitten und wieder zuſammengeſetzt mit Sulz glaſiert oder in Formen in Sulz einlegt.

Brieschen.

Allgemeines über das Vorrichten. Das Brieschen, auch Bries oder Kalbsmilch genannt, iſt äußerſt leicht verdaulich und richtig zubereitet, ſehr wohlſchmeckend. Es wird bei der Zubereitung von Schlund und Gurgel befreit und damit das Blut ausziehen kann, in oft gewechſeltem lauwarmem Waſſer gewäſſert. Dann ſtellt man es mit kaltem Waſſer auf, gießt dieſes, ſobald es heiß iſt, ab und wiederholt dies, bis das Brieschen weiß iſt. Man nennt dieſe Vorbereitung „blanchieren". Wenn es einige Male in leicht geſalzenem Waſſer aufgekocht hat, gibt man es in kaltes Waſſer, entfernt alle häutigen Teile und verwendet es zu dem gewünſchten Gericht. Man kann auch das Brieschen mit Schlund und Gurgel kochen und dieſe im kalten Waſſer nach dem Kochen abziehen.

Brieschen, geſpickt. 2 Brieschen, 20 Gramm Speck, 40 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer (3 bis 4 Champignons), ½ Glas Wein, Fleiſchbrühe, (ſaurer Rahm).

Die vorgerichteten Brieschen mit feinen Speckfäden durchziehen, leicht ſalzen, mit Zwiebeln, Gelber Rübe und nach Belieben mit Champignons in heißer Butter auf beiden Seiten anbraten laſſen. Etwas Fleiſchbrühe zugeben und wieder einkochen laſſen. Dann noch einmal Fleiſchbrühe zugießen und die Brieschen, mit Butterpapier zugedeckt, in nicht zu heißem Ofen ½ Stunde dämpfen laſſen. Soße entfetten und darüber die Brieschen anrichten. Statt mit Fleiſchbrühe kann man auch mit ſaurem Rahm ablöſchen.

Brieschen, gebacken.

Die vorgerichteten Brieschen werden in fingerdicke Scheiben geſchnitten und in Ei und Semmelmehl oder in Mehl, Ei und geriebenem Käſe umgewendet und auf beiden Seiten goldbraun gebacken.

Kalbshirn, geſotten, mit brauner Butter. 2 Kalbshirne, 1 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, 2 Zitronenſcheiben, Peterſilie, Pfeffer, 40 Gramm Butter.

Die Hirne wäſſern, in lauwarmem Waſſer von Blut und Haut befreien. Mit kaltem Waſſer beiſtellen und 6 bis 8 Minuten ſieden laſſen. Zum Abtropfen auf eine heiße Platte legen und vor dem Anrichten mit brauner Butter übergießen, mit verwiegter Peterſilie beſtreuen und mit Reisrand zu Tiſch geben.

Kalbsherz, gedämpft. 1 Herz, ¼ Taſſe Waſſer, 2 Eßlöffel Eſſig, 20 Gramm Speck, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 30 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, ⅛ Liter Fleiſchbrühe, ¼ Taſſe ſauren Rahm oder 1 Teelöffel Stärkemehl, 1 Eßlöffel Wein.

Das Herz von Röhren und Sehne befreien, mit verdünntem Eſſig oder Sauer-(Butter)-milch übergoſſen 12 Stunden ſtehen laſſen. Dann mit feinem Speckſtreifen und mit Salz und Pfeffer einreiben. In einer kleinen Pfanne in Fett mit Zwiebeln und Gewürz das Herz auf allen Seiten braun anbraten. Wenn die Zwiebeln braun ſind, mit Fleiſchbrühe ablöſchen und unter öfterem Begießen das Herz 1 Stunde dämpfen laſſen. Hierauf Rahm oder angerührtes Stärkemehl dazugeben und mitdämpfen, die Soße entfetten und durchſeihen, mit Wein würzen und über das in Scheiben geſchnittene Herz geben.

Herz, gefüllt. 1 Herz, 1 Semmel, ½ Ei, 1 Teelöffel gedämpfte Zwiebeln und Peterſilie, ½ Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 20 Gramm Spickſpeck, 30 Gramm Fett, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 kleine Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, 1 Teelöffel Stärkemehl, ⅛ Liter Fleiſchbrühe, 2 bis 3 Eßlöffel Wein.

Das Herz über Nacht in verdünntem Eſſig oder Sauer-(Butter)-milch legen. Bei der Zubereitung die Röhren und Sehnen herausnehmen und das Herz mit folgender Fülle füllen: Das an den Röhren haftende Fleiſch löſen, fein verwiegen und mit dem eingeweichten, ausgedrückten und verzupften Brötchen, mit gedämpften Zwiebeln und Peterſilie und mit Salz, Pfeffer und Ei gut vermiſchen. Das Herz zunähen, ſpicken und nach Vorſchrift braten.

Kalbsleber, geſpickt. 400 Gramm Kalbsleber, 1/5 Liter Weißwein, 30 Gramm Butter, 20 Gramm Spickſpeck, 20 Gramm Speck, 1 Zwiebel, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, Suppengrün, 1 Teelöffel Stärkemehl.

Die Leber, welche hell und friſch ſein ſoll, wird einige Minuten in lauwarmes Waſſer gelegt, gehäutet und mit feinen Speckſtreifen geſpickt. Der Wein, mit Zwiebeln, Gewürz und Suppengrün verkocht, wird abgekühlt über die Leber gegoſſen und eine Weile ſtehen gelaſſen. Dann begießt man in einer Bratpfanne die Leber mit heißer Butter, brät ſie mit Speck braun an und dämpft ſie unter fleißigem Begießen und unter Zugabe von Marinade langſam 20 Minuten bis ½ Stunde. Nun wird die Leber geſalzen (vorheriges Salzen macht ſie hart) und die Soße mit Stärkemehl aufgekocht und darüber angerichtet.

Kalbsleber, gebacken. 400 Gramm Kalbsleber, 30 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, Milch und Mehl zum Umwenden, 1 Zwiebel.

Die Kalbsleber in lauwarmem Waſſer häuten, in ¾ Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden. Kurz vor dem Auftragen dieſe in Milch eintauchen, in Mehl wenden und in heißer Butter unter Begießen und Wenden 6 bis 8 Minuten auf beiden Seiten braten. Auf heißer Platte mit feinem Salz beſtreuen, den Bratenanſatz mit etwas Fleiſchbrühe aufkochen und darübergießen. Man kann auch Zwiebelſcheiben mitbraten und mit der Soße darübergießen.

Leber ſauer. 400 Gramm Leber, 50 Gramm Fett, 1 kleiner Teelöffel Zwiebeln, 40 Gramm Mehl, ¼ Liter Brühe, ½ Eßlöffel Weineſſig, Wein, 1 Teelöffel Salz.

Die vorbereitete Leber, am beſten Kalbsleber, wird in feine Scheibchen geſchnitten. In dem Fett die feingeſchnittenen Zwiebeln hellgelb dämpfen, die Leber zugeben und unter beſtändigem Umwenden ſo lange dämpfen, bis ſie nicht mehr blutig erſcheint. Dann das Mehl zugeben und mitbräunen (beſſer iſt vorher gebräuntes Mehl zu nehmen), mit Flüſſigkeit ablöſchen und würzen. Einige Male aufkochen laſſen. (Saure Nieren ebenſo.)

Kalbsleber, mit Speck gebraten. 400 Gramm Leber, 100 Gramm durchwachſener Speck, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, 3 Eßlöffel Mehl, 40 Gramm Butter.

Die Leber vorbereiten und in Scheiben ſchneiden, ebenſo den Speck. Leber in Mehl wenden und mit den Speckſcheiben 6 bis 8 Minuten braten. Würzen und, mit Kartoffelbrei garniert, anrichten.

Am feinſten ſchmeckt Kalbsleber auf dem Roſt gebraten.

Kalbsleberpudding.

½ Kilo Kalbsleber wird überbrüht, abgeklopft und mit 1 Eßlöffel Butter durch die Maſchine getrieben. Dann gießt man ½ Taſſe dicke Bechamelſoße dazu. Das Ganze wird paſſiert. Man ſalzt, pfeffert und gibt 2 Dotter, 2 Eßlöffel Sahne (die auch wegfallen kann) ſowie den feſten Schnee von 3 Eiklar hinein. Die Maſſe wird in gebutterter Puddingform im Waſſerbad zugedeckt gekocht.

Feine Leberklöße. ¼ Kilo Rindsleber, ¼ Kilo Kalbsleber, 4 bis 5 Semmeln, 1 bis 2 Eier, Salz, Pfeffer, Muskat, 1 Eßlöffel gedämpfte Zwiebeln und Peterſilie, Priſe Majoran, 30 Gramm Semmelmehl, 30 Gramm rohes Nierenfett, 1 bis 2 Eßlöffel Weißmehl, Salzwaſſer.

Die in Waſſer gehäutete Leber wird fein verwiegt oder geſchabt. Die abgeriebenen, eingeweichten und ausgedrückten Semmeln werden mit Zwiebeln und Peterſilie in Butter gedämpft und mit den Gewürzen und Eiern zu der Leber gegeben und gut vermengt. Man kocht zuerſt einen Probekloß und legt, wenn er weder zu feſt, noch zu weich iſt, mit dem in heißem Waſſer angefeuchteten Löffel längliche Klöße in kochendes Salzwaſſer ein, indem man den Löffel ſo lange in das Waſſer hält, bis dieſe vom Löffel fallen. Man läßt die Klöße etwa 10 Minuten in dem ſiedenden Waſſer ziehen und ſchmälzt ſie beim Anrichten mit in Butter geröſtetem Semmelmehl oder in Butter geröſteten fein geſchnittenen Zwiebeln. Man gibt gerne fein verwiegtes Nierenfett dem Teig zu, da die Klöße dadurch zarter werden. Die Kochbrühe wird als Suppe verwendet, indem man ſie über geröſteten Semmelwürfeln und geröſteten Zwiebeln anrichtet.

Bayeriſche Leberknödel. 150 Gramm Rindsleber, 8 Semmeln, ¼ bis $^{3}/_{8}$ Liter Milch, 40 Gramm Nierenfett, 1 kleine Zwiebel, Salz, Pfeffer, Majoran, nach Belieben 1 Ei, Salzwaſſer.

Semmeln fein ſchneiden, ſalzen, mit Milch brühen. Leber häuten, ſchaben, mit Fett und Zwiebeln durch die Maſchine geben, nach Belieben 1 Ei zugeben, würzen, den Teig gut abarbeiten, runde Knödel formen und in Salzwaſſer 5 Minuten kochen und 20 Minuten ziehen laſſen.

Leberreis. ¼ Kilo Reis, 1½ Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, ¼ Kilo Leber, 30 Gramm Fett, 1 Teelöffel feingeſchnittene Zwiebeln, 20 Gramm Mehl, ¼ Liter Fleiſchbrühe, ½ Eßlöffel Eſſig, 1 bis 2 Eßlöffel Wein, ½ Eßlöffel Salz, 1 Eßlöffel geriebener Käſe, ½ Eßlöffel Semmelmehl, 10 Gramm Butter.

Den gewaſchenen, gebrühten und 25 Minuten gekochten Reis zum Abtropfen auf ein Sieb geben. Die Leber waſchen, häuten, in feine Blättchen ſchneiden und zuerſt Zwiebeln, dann Leber in heißem Fett dämpfen, nach 5 Minuten das (gebräunte) Mehl zugeben und mit heißer Brühe ablöſchen. Mit Wein, Eſſig, Salz und Pfeffer würzen und in die vorbereitete Auflaufform eine Lage Reis, eine Lage Leber geben uſw. Obenauf Reis, den man mit geriebenem Käſe, Semmelmehl und Butterflöckchen beſtreut. ¾ Stunden im gut heißen Bratofen aufziehen.

Nieren, ſauer. ½ Kilo Kalbs- oder Schweinsnieren, 30 Gramm Butter, ½ Zwiebel, 20 Gramm Mehl, ¼ Liter Fleiſchbrühe, ½ Eßlöffel Salz, 1 Eßlöffel Eſſig, 2 bis 4 Eßlöffel Wein, Priſe Pfeffer.

Die Nieren häuten und entfetten, der Länge nach teilen und von Sehnen und Nerven befreien. Dann ſchneidet man ſie quer in meſſerrückendicke Scheiben und gibt ſie in heiße Butter, wo ſie unter ſtetem Wenden gebraten werden, bis ſie nicht mehr blutig, aber ja noch nicht durchgebraten ſind, da ſie ſonſt hart werden. Nun nimmt man die Nieren heraus, bräunt in dem Fett Mehl und Zwiebeln und löſcht mit Fleiſchbrühe ab, kocht die Soße gut durch und läßt die Nieren darin noch einmal heiß werden. Zur Verbeſſerung gibt man eine geſchälte, entkernte Tomate und zuletzt etwas Zitronenſaft und 1 Stückchen friſche Butter darunter.

Nierenſchnitten ſiehe bei warmen Vorgerichten.

Kalbsgekröſe, gedämpft. ½ Kilo Kalbsgekröſe, 30 Gramm Fett, 1 Teelöffel Zwiebeln, 30 Gramm Mehl, ¼ Liter Brühe, 2 Eßlöffel Wein, 1 Teelöffel Salz.

Das weichgekochte Gekröſe mehrmals waſchen, fein ſchneiden, nach Belieben mit fein geſchnittenem Schinken oder Speck in heißem Fett gelblich dämpfen. Nach 15 Minuten das Mehl zugeben, nach weiteren 15 Minuten Fleiſchbrühe oder Waſſer und Gewürz, und alles zuſammen noch ½ Stunde dämpfen laſſen.

Kalbsgekröſe, geröſtet. ½ Kilo Kalbsgekröſe, 1 Eßlöffel Salatöl, 1 Teelöffel Salz, 20 Gramm Butter, 1 kleine feingeſchnittene Zwiebel, ½ Teelöffel Peterſilie.

Das Gekröſe wie oben vorbereiten und in heißem Öl oder Fett in offener Pfanne auf ſtarkem Feuer 15 bis 20 Minuten unter öfterem Wenden röſten. In der heißen Butter die feingeſchnittenen Zwiebeln und Peterſilie gelblich dämpfen, zu dem mit Salz beſtreuten Gekröſe geben und das gut vermiſchte Gericht ſehr heiß auftragen.

Kalbsgekröſe, in weißer Soße.

Das vorbereitete und weichgekochte, in Stücke geſchnittene Gekröſe gibt man in eine mit Zitronenſaft gewürzte, nach Belieben mit Eigelb und Rahm abgezogene Butterſoße.

Lungenmus. (Voreſſen, bayeriſch.) ½ Kalbs- oder Schweinslunge. Zum Sud: 1½ Liter Waſſer, Salz, Pfeffer, Suppengrün, 1 Zitronenſcheibe, ⅛ Liter Eſſig, 1 Zwiebel, 30 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, ¾ Liter Sud.

Lunge waſchen; Sud mit Zutaten aufſetzen, Lunge in den kochenden Sud geben und ¾ Stunden kochen laſſen. Abtropfen laſſen, preſſen, nudelartig ſchneiden. Hellfarbige Einbrenne herſtellen, mit Sud auffüllen und gut durchkochen laſſen, Lunge zugeben, ¼ Stunde mitkochen, mit Eſſig oder Wein abſchmecken.

Kuheuter, gebacken. ½ Kilo Kuheuter, 2 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, Suppengrün, 1 Lorbeerblatt, 1 Zwiebel, 1 Nelke. Zum Backen: 2 Eßlöffel Mehl, Ei und Semmelmehl, Fett.

Das gut gewäſſerte Euter in Waſſer mit den Gewürzen weichkochen, häuten, in Scheiben ſchneiden. Dieſe in Eimilch und Semmelmehl umwenden und in heißem Fett 6 bis 8 Minuten backen. Das Euter iſt meiſt beim Einkauf ſchon gekocht.

Milzwurſt. 1 große Kalbsmilz, 1 Brieschen, 1 Eßlöffel Zwiebeln und Peterſilie, 20 Gramm Fett, 3 bis 4 Semmeln, ¼ Kilo gewiegtes Schweinefleiſch, 1 Ei, 1 Eigelb, Salz, Pfeffer, 1 Kalbsnetz.

Die gewaſchene Milz gut ausſchaben und fein verwiegen. Die Semmeln in feine Scheiben ſchneiden, mit Milch befeuchten und mit dem heißen Fett übergießen. Das Brieschen wäſſern, 20 Minuten in Salzwaſſer oder Fleiſchbrühe kochen, häuten und in Würfel ſchneiden. Alles mit feinverwiegten Bratenreſten oder mit gehacktem Schweinefleiſch vermengen. Das in warmem Waſſer ausgewaſchene Kalbsnetz ausbreiten, die Maſſe daraufgeben, länglich zu einer dicken Wurſt zuſammenrollen, mit Bindfaden umbinden und in ſiedender Fleiſchbrühe oder Salzwaſſer ½ Stunde kochen. Oder die Fülle in die ausgeſchabte Milzhaut einfüllen und zunähen, ½ Stunde kochen, erkalten laſſen, in Scheiben ſchneiden und paniert oder unpaniert in heißem Fett backen.

Leber- und Blutwurſt, gebacken bayriſch. 5 bis 6 kleine Würſte, 40 Gramm Fett.

Die Würſte in heißem, nicht kochendem Waſſer heiß machen und abtrocknen. Das Fett in dicker Pfanne heiß werden laſſen, die Würſte hineingeben und auf kleinem Feuer 8 bis 10 Minuten vorſichtig braten. Nach Belieben eine in Ringe geſchnittene Zwiebel mitbraten. Kartoffelbrei und Sauerkraut dazu reichen.

Bratwürſtchen. 375 Gramm Schweinefleiſch, 125 Gramm Kalbfleiſch, 1 Ei, ⅛ Liter Waſſer, Salz, Pfeffer, Muskat, ½ Teelöffel Zwiebeln, wenig zerdrückter Koriander, ¾ Meter Darm. Zum Braten: ⅛ Liter Milch, Fett.

Schweine- und Kalbfleiſch vom Schlegel ohne Knochen waſchen, zweimal durch die Fleiſchmaſchine treiben und mit den angegebenen Zutaten ſo lange kneten, bis der Teig eine weiße Farbe bekommt. Den gut gereinigten Darm auf ein Wurſthörnchen ziehen, das Ende zuknöpfen und den Wurſtteig einfüllen. Die Würſtchen abbinden, die Luftbläschen aufſtechen, damit die Würſtchen nicht platzen, und dieſe in heißes Waſſer legen, bis ſie ſich hart anfühlen. Sie dürfen nicht kochen. Herausnehmen, abtrocknen, kurze Zeit in warme Milch legen und 8 bis 10 Minuten in nicht zu heißem Fett unter Wenden ringsum anbraten. Nach Belieben eine in Ringe geſchnittene Zwiebel mitbraten. Gibt 6 Würſtchen, je 90 Gramm wiegend.

Spezialgerichte

Braten im Schlafrock.

Hierzu können auch Braten- und Geflügelreſte Verwendung finden.

Kalbsnierenbraten.

Ein gerollter Kalbsnierenbraten wird wie jeder andere Braten fertig gemacht und dann kalt geſtellt. Dann macht man folgenden Kartoffelteig: Gekochte, kalte Kartoffeln werden geſchält und fein gerieben, etwas Salz und Pfeffer ſowie ein Ei und etwas Mehl dazu gegeben und dann mit Milch, der man einige Tropfen Maggi beigefügt hat, zu einem feſten Teig gemacht. Denſelben läßt man eine halbe Stunde ruhen, und ſollte er etwas nachgegeben haben, ſo gibt man noch eine

Kleinigkeit Mehl zu, rollt ihn dann aus, beſtreicht ihn mit Bratenſoße, ſtreut Semmelbröſel darauf, wickelt den Braten hinein und backt das Ganze in der gefetteten Bratpfanne fertig. Wenn der Teig zu bräunen beginnt, begießt man ihn öfters mit Bratenſoße.

Im Reis.

Der gerollte Nierenbraten wird mit reichlich Wurzelwerk, dem man den Saft einer Zitrone beigegeben hat, dreiviertel weichgekocht und zum Erkalten geſtellt. Dann läßt man etwas Butter mit Mehl anlaufen, löſcht es mit der Fleiſchbrühe, der man einige Tropfen Maggi beifügt, ab und kocht in der noch übrigen Brühe Reis ganz dick ein. Wenn derſelbe erkaltet iſt, vermengt man ihn mit einigen Eiern und etwas Mehl, rollt ihn dann aus, beſtreut ihn mit fein gehackter Peterſilie, wickelt das Fleiſch hinein und brät es wie oben fertig. Kurz vor dem Anrichten gibt man in die Soße noch etwas Butter, noch fehlendes Gewürz, etwas Weißwein oder Zitronenſaft und einige Kapern.

Schweinsſchlegel.

Das Schlegelſtück wird ausgebeint und fertig gebraten. Dann macht man einen Kartoffelteig, treibt ihn aus, belegt ihn mit in Butter weichgedünſteten grünen Bohnen, ſchneidet das Fleiſch in dünne Scheiben, legt dieſelben flach auf die Bohnen, rollt nun das Ganze wie einen Strudel zuſammen und brät es fertig, wobei man öfters begießt.

Falſcher Gänſebraten im Schlafrock.

Eine Schweinekeule wird ausgebeint, von allem äußeren Fett befreit, feſt geklopft, mit Salz, Pfeffer und Gänſefett eingerieben, mit einer Reis-, Kartoffel- oder Semmelfülle beſtrichen, zu einer Wurſt zuſammengerollt, nochmals mit Salz, Pfeffer und Gänſefett eingerieben und fertig gebraten, worauf man ſie in ausgerollten Kartoffelteig wickelt und dieſen unter öfterem Begießen mit Gänſefett fertig brät. — Man ſerviert dazu Roſenkohl mit Kaſtanien, Rotkraut oder Kartoffelſalat mit Sellerie.

Filet, Lenden-, Lungen- oder Lummelbratenſtück.

Das Fleiſch wird geſalzen, gepfeffert, mit engliſchem Senf beſtrichen und gebraten. Dann macht man obigen Kartoffelteig, beſtreut denſelben mit in Butter gedünſteten grünen Erbſen, eventuell Morcheln (fein geſchnitten) und Spargelſtücken, legt das gebratene Fleiſchſtück darauf, rollt das Ganze zuſammen und brät es unter öfterem Begießen fertig.

Hackbraten.

Zu dem Hackbraten nimmt man auf ½ Kilo Rindfleiſch ¼ Kilo Schweinefleiſch, etwas eingeweichte Semmel, Salz, Pfeffer, Muskat, fein geſchnittene Zwiebeln, drückt den fertigen Teig auf einem naſſen Brett etwas breit, legt ganze, hartgekochte Eier darauf, rollt wieder zuſammen und backt das Ganze fertig. Dann läßt man den Hackbraten etwas erkalten, dreht ihn dann in den bereits angegebenen Reisteig und backt unter öfterem Begießen fertig.

Hammelſchlegel (in Kartoffelteig gebacken).

Ein ausgebeinter Hammelſchlegel (Teile desſelben) wird gebraten und dann ausgekühlt. (Man kann das Fleiſch auch 2 Tage vorher in ſaure Milch legen.) Dann rollt man obigen Kartoffelteig aus, belegt ihn mit Kernbohnen, die man wie Salat angemacht hat, legt darauf das in feine Scheiben geſchnittene Fleiſch, dreht alles wie Strudel zuſammen und bäckt es unter öfterem Begießen fertig.

Alle dieſe Speiſen laſſen ſich auch ſehr leicht von Reſten herſtellen. Man treibt dann nur handtellergroße Flecken Kartoffel- oder Reisteig aus, belegt es mit den entſprechenden Zutaten und der Portion Fleiſch, dreht das Ganze in kleine Rollen zuſammen und bäckt ſie dann ſchwimmend in Fett.

Ebenſo kann man die Reſte auch durch die Maſchine drehen, den Teig damit füllen und dieſe Rouladen ſchwimmend in Fett oder auch nur in der Kaſſerolle fertig braten. — Dazu gibt man alle möglichen Gemüſe und Salate.

Schweinskotelette in Rotwein.

Die Koteletten klopft man, würzt ſie mit Salz, etwas Zucker, Pfefferkörnern, Zitronenſchale, ſchichtet ſie in eine Kaſſerolle, beſtreut ſie mit geriebenem Schwarzbrot und gießt dann Rotwein oder zu gleichen Teilen Rotwein und Braunbier dazu, bis das Fleiſch bedeckt iſt und läßt das Ganze dann langſam etwa 1½ Stunden ſchmoren.

Kotelette à la Normandie.

Man klopft und würzt die Koteletten, brät ſie in heißer Butter auf beiden Seiten an, bis ſie ſchöne Farbe haben, legt ſie dann in die Mitte einer Kaſſerolle, umgibt ſie mit geteilten und entkernten Äpfeln und läßt ſie bei kleiner Hitze zugedeckt fertig braten.

Gemüſeſchnitzel mit Schinken.

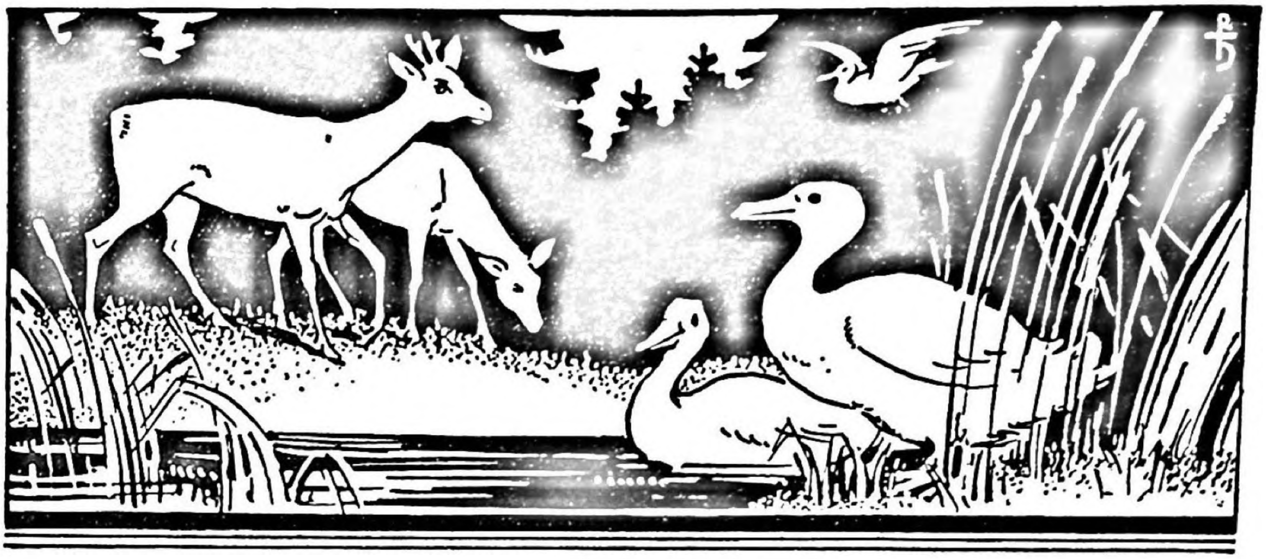
Gemüſereſte von Blumenkohl, Karotten, Spinat, Wirſching, Erbſen uſw. treibt man durch die Maſchine, würzt etwas nach, miſcht etwas Mehl und Eier dazu und formt aus dieſem Teig kleine Schnitzel, wendet dieſe in Bröſel und bäckt ſie in Fett ſchön braun, gibt ſie auf die Schüſſel und garniert mit magerem, rohem oder gekochtem Schinken oder Speck und einem Sträußchen Peterſilie.

Grüne Bohnen mit Schinken.

Zarte grüne Bohnen, friſch oder aus Konſerven, dämpft man in Butter weich und richtet ſie mit trichterförmig zuſammengerolltem Schinken an.

Blumenkohl auf Speck mit Kartoffeln.

Blumenkohl wird weich gedämpft (im Ganzen); dann ſchwenkt man gekochte, geſchälte Kartoffeln in Butter mit Peterſilie. Beim Anrichten übergießt man den Blumenkohl mit brauner Butter und darin geröſteten Bröſeln, garniert mit den Kartoffeln und dünn geſchnittenen geräucherten Speckſcheiben.



Geflügel

Wenn ſich die Hausfrau vornimmt, einen ſaftigen Geflügelbraten auf den Tiſch des Hauſes zu bringen, ſo gelingt ihr dies nur, wenn ſie vorher eine Reihe notwendiger Vormerkungen über

a) zeitgeeigneten Einkauf

b) Kennzeichen des geſunden Geflügels, Vorrichten desſelben und richtige Vorbereitung zum Kochen und Braten desſelben ſich einprägt. — Auch das Zerlegen des Geflügels erfordert Geſchicklichkeit und Übung. In gleicher Weiſe hat ſich die Hausfrau auch bei der Verwendung von Wildgeflügel über folgende Fragen klar zu ſein:

1. Frage: Welches ſind Erkennungsmerkmale von jungem, nicht zu ſtark abgelagertem Wildgeflügel?

2. Frage: Auch bei Wildgeflügel iſt Verwendungszeit, Vorbereitung, ebenſo die Zubereitungsarten verſchiedener Gattungen des Wildgeflügels von nicht zu unterſchätzender Bedeutung.

Wir beginnen im Lehrbuch im 1. Teil mit den Ausführungen über Hausgeflügel, im 2. Teil über Wildgeflügel.

Vormerkung über den Einkauf und das Vorrichten des Geflügels.

Beim Einkauf muß man vor allem die Unterſcheidungszeichen zwiſchen altem und jungem Geflügel kennen. Um gegen die Gefahr, krankes Geflügel gekauft zu haben, möglichſt geſchützt zu ſein, kauft man am beſten lebende Tiere ein. Bei totem Geflügel iſt zu beachten, daß geſunde Tiere folgende Merkmale haben: Das Bruſtbein läßt ſich beim Drücken leicht einbiegen, die Beine ſind ebenfalls biegſam. Die Schlachtwunde hat nach außen gebogene Ränder, während bei verendeten Tieren die nachträglich beigebrachte Wunde nicht klafft und kein Blut zeigt. Der Schnabel und die Beinhaut ſollen hell, erſterer ſoll nicht ſehr hart ſein.

Junge Hühner haben kurze, hellrote Kämme, weiße Haut und biegſame Beine, junge Tauben einen kleinen Kopf, dicke Schnäbel und zwiſchen den größeren Federn noch kleine Flaumfedern. Junge Gänſe und Enten haben nicht ſehr harte Schnäbel, eine leicht zerreißbare Schwimmhaut und hellgelbe Füße. Auch kann man in ihre Bruſthaut einen Stecknadelkopf eindrücken, was bei alten Tieren nicht gelingt. Bei jungen Truthühnern ſind die Lappen auf dem Kopf und an der Kehle und auch die Beine noch nicht ſo dunkel gefärbt als bei den alten. Bei jungen Faſanen ſind die Sporen rund und die erſten Flügelfedern ſehr ſpitz. Junges Wildgeflügel hat weiche gelbumränderte helle Schnäbel und die ausgerupften Federn haben weiche, mit Blut gefüllte Kiele. Für junge Hühner iſt die beſte Zeit vom Mai bis November, für Kapaune in den Wintermonaten, für Enten von Auguſt bis November, Gänſe von Oktober bis Mitte Januar, Truthühner von September bis Dezember. Junge Tauben ſind im Juni und Juli am fleiſchigſten.

1. Teil: Hausgeflügel

Markttafel für Hausgeflügel.

× bedeutet, daß das betreffende Fleiſch nicht erhältlich oder der Genuß nicht zu empfehlen iſt	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	Auguſt	September	Oktober	November	Dezember
Enten		×	×	×	×	×						
Gänſe		×	×	×	×							
Hühner, junge	×	×	×	×						×	×	×
Hennen, für Suppe . . .												
Kapaune				×	×	×	×	×				
Perlhühner			×	×	×	×	×	×	×			
Pfauhühner	×	×	×							×	×	×
Poularden					×	×	×	×				
Truthähne, Indian . . .												
Truthühner, Puten . . .					×	×	×	×				
Tauben	×	×	×							×	×	×

Vorbereitung zum Kochen und Braten.

Alles zahme Geflügel ſoll wenigſtens 12 Stunden vor dem Gebrauch geſchlachtet werden. Alte Hühner, Kapaune, Enten ſollen 2 Tage, Gänſe 3 bis 4 Tage im Kalten hängen. Sofort nach dem Schlachten, ſo lange es noch warm iſt, rupft man es trocken; man muß dabei darauf achten, daß man nicht zu viel Federn auf einmal auszieht, damit die Haut nicht verletzt wird. Ältere Tiere, die ſich ſehr ſchwer rupfen laſſen und die man ja auch nicht zum Braten verwendet, rupft man nach Eintauchen in heißes, nicht kochendes Waſſer. Manchmal muß das Eintauchen wiederholt werden. Dann wird der Kopf abgeſchnitten, die Haut des Halſes auf der Rückenſeite aufgeſchlitzt, die Gurgel und die Kropfhaut losgelöſt und abgeſchnitten. Von der Halsöffnung aus löſt man nun die zwiſchen den Rippen liegende Lunge ſowie die Leber, ohne ſie herauszunehmen. Dann wird das Geflügel auf den Rücken gelegt und von der Darmöffnung aus aufwärts oder über dem Bürzel quer herüber ein Einſchnitt gemacht und mit Zeige- und Mittelfinger die Gedärme, Herz, Magen, Lunge und Leber herausgeholt, wobei man darauf achten muß, daß man die Gallenblaſe an der Leber nicht zerreißt. Der Magen wird aufgeſchnitten und entleert. Bei größerem Geflügel wird dabei die weiße Innenhaut mit dem Mageninhalt herausgezogen. An der Leber wird die Galle vorſichtig entfernt; die Füße ſchneidet man unter dem erſten Gelenk ab. So vorgerichtet, läßt man das Geflügel ungewaſchen (weil durch das Waſſer der Zerſetzungsprozeß beſchleunigt wird) ſo lange wie oben angegeben möglichſt kühl hängen. Iſt das Geflügel nicht oder nicht genügend abgehängt, ſo wird das Fleiſch zähe. Vor der Zubereitung werden die noch anhaftenden Federn abgeſengt, indem man das Geflügel an den Beinen und an den Flügeln über die Gasflamme (Spiritus) hält und nach allen Seiten wendet. Dann wird es innen und außen gut gewaſchen und abgetrocknet und in ein Tuch eingeſchlagen, damit die Haut unter dem Einfluß der Luft nicht ihre Weiße verliert. Will man es nun zubereiten, ſo wird, wenn man das Geflügel füllen will, dies zuerſt getan. Bei Tauben und Truthühnern erweitert man die Halsöffnung, indem man mit dem Zeigefinger die Haut über der Bruſt von letzterer zu löſen ſucht, füllt die Fülle ein und näht die Öffnung zu. Dann füllt man die Bauchhöhle und näht ſie ebenfalls zu. Die Bruſt umbindet man mit Speckſcheiben, damit das Bruſtfleiſch ſaftig wird.

Um dem Geflügel ein vorteilhafteres Ausſehen zu geben, wird es „dreſſiert". Die beiden Flügel dreht man nach dem Kopfe hin herum, daß die Flügelſpitzen auf den Rücken zu liegen kommen. Dann drückt man die Beine nach dem Kopf hinauf, wodurch die Bruſt heraustritt und zieht mit der Dreſſiernadel einen Faden durch beide Keulen und beide Flügel und bindet die Fadenenden feſt zuſammen. Bei jungem Geflügel mit ſpitzem Bruſtknochen ſchlägt man dieſen vorſichtig ein, indem man ein mehrfach gefaltetes Tuch darüber legt und mit einem Gewichtſtein oder dergleichen darauf ſchlägt. Bei ganz jungen Tieren kann man den Knochen dann von innen leicht herauslöſen. Läßt man den Kopf an dem Geflügel, ſo ſticht man Augen und Ohren aus, reißt die Zunge heraus und zieht den Kopf unter dem linken Flügel hindurch gegen die Bruſt zu. Vor dem Dreſſieren des Tieres wird eine breite Speckſcheibe über der Bruſt feſtgebunden.

Das Zerlegen von Geflügel.

Es erfordert etwas Geſchicklichkeit; die beſte Hilfe ſind recht ſcharfe Werkzeuge. Man legt das Geflügel auf den Rücken und zwar ſo, daß die Schlegelenden dem Arbeitenden zugerichtet ſind. Nun hält man einen Schlegel mit der Gabel feſt und fährt mit dem Meſſer um ihn herum und ſchneidet Haut und Fleiſch mit ſcharfem Schnitt vom Körper los und zieht nun leicht durch Drehen und Abbiegen des Gelenkes den Schenkel los. Ebenſo verfährt man beim zweiten.

Bei Gans und Puter z. B. kann man die Schlegel in zwei Teile teilen. Die Flügel werden ebenfalls im Gelenk losgeſchnitten. Durch dazuſchneiden von einem Teil des Bruſtfleiſches kann man ſie vergrößern. Die Bruſt ſchneidet man bei kleinerem Geflügel mit der Geflügelſchere oder mit dem Meſſer vom Rücken los, bei größerem löſt man ſie vom Bruſtbein und teilt ſie ſchräg in verſchiedene Teile. Beim Anrichten ſetzt man ſie in ihre frühere Lage auf den Körper. Kleines Geflügel teilt man in 2 oder 4 Teile.

Zahmes Geflügel.

Junges Hähnchen, gebraten. (Für 2, größeres für 4 Perſonen.) 1 Hähnchen, 1 Scheibe Speck, 60 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 kleine Zwiebel, ⅓ Gelbe Rübe.

Das nach Vorſchrift vorgerichtete und ausgewaſchene Hähnchen mit Salz und Pfeffer einreiben, Herz und Leber mit 1 Stückchen Butter in den Körper ſtecken, dieſen zunähen, die Bruſt mit der Speckſcheibe umbinden, das Hähnchen dreſſieren und in heißer Butter (Butterſchmalz) mit Zwiebeln und Gelbe Rübe raſch anbraten. Dann in den Bratofen ſtellen. Bratezeit für Tiere von 2 bis 3 Monaten ½ Stunde, für ſolche von 3 bis 6 Monaten ¾ Stunden, für ältere bis zu 1 Stunde. Während des Bratens fleißig begießen! Das Fett darf nicht braun und das Hähnchen nur goldgelb werden. Man kann es auch in der erſten Bratezeit in Butterpapier einpacken. 10 Minuten vor dem Anrichten die Speckſcheibe entfernen, die Soße aufkochen und abſeihen. Je nach Größe in 2 oder 4 Teile teilen und mit Kompott und Salat anrichten.

Hähnchen gefüllt. 1 Hähnchen, 1 Semmel, Salz, Muskat, ½ Teelöffel gewiegte Zwiebeln und Peterſilie, 1 kleines Ei, Hahnenleber und -Herz verwiegt, 1 Scheibe Speck, 60 Gramm Fett (Butter).

Gefüllte Hahnen geben beſſer aus als ungefüllte, doch ſind ſie nicht ſo ſaftig, da ein Teil des Saftes in die Fülle übergeht. Zur Fülle dämpft man in heißer Butter Zwiebeln und Peterſilie glaſig, gibt die abgeriebene eingeweichte und verzupfte Semmel dazu, rührt alles zu einem Kloß ab und vermengt es mit dem fein verwiegten Magen, Herz und Leber und dem verquirlten Ei und würzt mit Salz und Pfeffer. Nach dem Einfüllen näht man die Öffnung zu, dreſſiert das Hähnchen, gibt die Speckſcheibe über die Bruſt und brät und ſtellt das Gericht fertig wie oben angegeben.

Backhähnchen. 2 kleine Hähnchen, Salz, Pfeffer, Backfett, 1 Ei, Weißmehl, Semmelmehl.

Die Hähnchen rupfen, ſengen, Kopf mit Hals und die Füße abſchneiden. Den Rücken in der Mitte aufſchneiden, die Hähnchen vorſichtig ausnehmen, das Rückgrat weghacken, die Bruſtſeite in zwei Hälften teilen. An den Gelenken der Flügel und Schlegel die Sehnen durchſchneiden und die Flügel- und Schlegelſpitzen in die eingeritzte Haut ſtecken, daß ſie ſich feſt an den Körper anlegen. Sodann die Geflügelhälften mit dem Hackmeſſer breit klopfen, ſalzen und pfeffern, in Ei, Mehl und Semmelmehl umwenden und in heißem Schmalz oder geklärter Butter etwa 8 bis 10 Minuten backen. Werden größere Hahnen verwendet, ſo kann man die Geflügelhälften vor dem Panieren leicht in Butter andämpfen und preſſen oder man ſtäubt ſie mit Mehl und brät ſie auf ſtarker Flamme einige Minuten vor und paniert ſie dann.

Hahnen-Ragout auf italieniſche Art. 2 Hähnchen, Butterſchmalz, 20 Gramm Mehl, 1/8 Liter Fleiſchbrühe, 2 Eßlöffel Wein, 2 Eßlöffel Tomatenmark, Salz, Pfeffer, Hühnerleber, Pilze nach Belieben.

Die Hähnchen werden geſengt, ausgenommen, gewaſchen und roh in Stücke zerlegt, kleinere in 2 bis 4 Teile zerſchnitten. In einer Pfanne läßt man Butterſchmalz heiß werden und brät darin die Stücke ſcharf auf allen Seiten an. Dann gibt man das Fleiſch mit dem Fett in eine Kaſſerolle, ſtäubt es mit Mehl und rührt mit Fleiſchbrühe und Wein eine dünne Soße an, würzt mit Tomatenmark, Salz und Pfeffer und läßt das Ragout ½ Stunde dämpfen (bei älteren Tieren länger). Als Garnitur kann man in das Ragout in kleine Würfel geſchnittene, roh gebratene Kartoffeln, Makkaroni, die nach dem Kochen kurz geſchnitten wurden, angebratenes, in Streifen geſchnittenes Dürrfleiſch, Hühnerlebern, Champignons, Trüffeln, Steinpilze u. a. geben. Das Ragout wird auf einer tiefen runden Platte angerichtet und nach Belieben außen herum Blätterteighalbmonde oder geröſtete, zugeſchnittene Weißbrotſcheiben gelegt.

Hahnen-Ragout nach Jägerart.

Zubereitung wie oben, nur nimmt man zur Soße ſauren Rahm und gibt nur Pilze ohne Tomatenmark und ohne Makkaroni hinein.

Hühner-Frikaſſee. 1 junges Huhn oder Hahn, 80 Gramm Butter, 60 bis 90 Gr. Mehl, Salz und Muskat, ½ Zitrone, 2 Sardellen, 1 (2) Eigelb, 2 Eßlöffel ſaurer Rahm, 1 Liter Fleiſchbrühe, Wein (Kapern).

Das gerupfte, ausgenommene und abgehängte Geflügel auswaſchen, dreſſieren, mit Zitronenſaft einreiben, in 30 Gramm Butter kurz dämpfen, mit gewürzter Fleiſchbrühe übergießen und 30 bis 45 Minuten darin dämpfen laſſen. Mit dem Reſt der Butter und mit Mehl eine weiße Soße herſtellen, mit Dämpfbrühe ablöſchen, mit gewiegten Sardellen und Gewürz abſchmecken und nach dem Durchkochen das in paſſende Stücke zerlegte Huhn zugeben. Die Soße mit Ei und Rahm abziehen und das Frikaſſee nach Belieben mit Blätterteighalbmonden verzieren. Zur Verfeinerung mitgedämpfte Champignons, feine Klößchen und dergleichen.

Hühnerfrikaſſee (andere Art).

In Salzwaſſer, das mit 2 Pfefferkörnern, ¼ Lorbeerblatt, 1 Zitronenſcheibe, einer mit 1 Nelke beſteckten Zwiebel und 2 Eßlöffeln Wein gewürzt iſt, kocht man das vorgerichtete Huhn weich (1½ Stunden) und zerlegt es. Man bereitet eine weiße Grundſoße und gibt die Geflügelſtücke hinein. In einem Reisrand anrichten.

Hühnerragout, feine Art (für 8 bis 10 Perſonen). 1 Suppenhuhn und 1 Kilo Kalbsſchulter. Zur Soße: 300 Gramm Mehl, 300 Gramm friſche Butter, 1 Liter Milch, ½ bis ¾ Liter Hühnerbouillon, Salz, Pfeffer, 2 bis 3 Eßlöffel Weißwein, 1 bis 2 Eßlöffel Zitronenſaft, 50 Gramm friſche Butter zum Abſchmecken. Zum Legieren: 3 bis 4 Eigelb mit 1 Eßlöffel Weißwein verrühren. Zum Garnieren: Fleiſchklöße, gekocht und gebacken, gefüllte Krebsnaſen oder Blätterteighalbmonde, Reis in Förmchen.

Das gerupfte Huhn waſchen, in kochendem Salzwaſſer mit Suppengrün, Pfeffer-Gewürzkörnern, ¼ Lorbeerblatt 1½ bis 3 Stunden kochen laſſen; das Kalbfleiſch nur 1 bis 1½ Stunden. Das in Würfel geſchnittene Kalbfleiſch und kleine Stückchen Huhn übergießt man mit weißer Soße, überſtreut es mit Kapern und garniert es mit angegebener Garnierung.

Soße.

Grundſoße weiß herſtellen, 1 bis 2 Stunden gut durchkochen und mit 3 bis 4 Eigelb legieren, welche mit 1 Eßlöffel Weißwein verrührt ſind.

Tauben geſpickt und gefüllt.

Gute Fleiſchtauben werden an Schenkel und Bruſt mit feinem Speck geſpickt, der Hals weggeſchnitten, die Bruſt mit einer Semmel- oder Fleiſchfülle gefüllt und unter Begießen mit Fleiſchbrühe, Butter und ſaurem Rahm gebraten.

Huhn, geſchmort.

Ein Huhn wird zerteilt, Hals und Flügel abgeſchnitten und anderweitig verwendet. Das Huhn wird je nach Größe in 4 oder 6 Teile geteilt. Dann röſtet man in einer Kaſſerolle Speckwürfel zu Scheiben, geſchnittene Sellerie, Zwiebeln, Kartoffeln, Gelbe Rüben, grüne Erbſen und grüne Bohnenſchoten etwas an, legt das Huhn darauf und läßt es darin fertig dünſten. Beim Anrichten garniert man mit Gemüſen.

Geflügelrolle von einem Huhn. 1 Huhn. Fleiſchfülle: 1/10 Liter Waſſer, 50 Gr. Reis- oder Kartoffelmehl, 10 Gramm Butter, ¼ Kilo Kalbfleiſch, 60 Gr. Kalbsnierenfett, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, Muskat, 50 Gramm Schinken, 60 Gramm Speck, nach Belieben Piſtazien und Trüffeln. Zum Kochen: 2½ Liter Waſſer, 2½ Eßlöffel Salz, 1/8 Liter Wein, 1 Zwiebel und Nelke, Peterſilie.

Ein junges fleiſchiges Huhn beint man aus und legt es flach ausgebreitet auf ein Fleiſchbrett. Die Innenſeite beſtreicht man mit der im folgenden angegebenen Fleiſchfülle. Dann ſchneidet man gekochten Schinken oder Zunge ſowie den Spickſpeck in möglichſt lange Streifen und legt davon abwechſelnd 3 bis 4 Streifen über die Fülle. Dazwiſchen ſtreut man geſchälte, länglich geſchnittene Piſtazien oder als Erſatz Gurkenſtückchen. (Zum Verfeinern Trüffelſcheiben.) Nun folgt wieder aufgeſtrichene Fülle und Streifen uſw., bis alles verbraucht iſt. Obenauf legt man 1 Speckſcheibe, ſchlägt die Geflügelhaut darüber zuſammen und näht das Huhn zu. In ein gebrühtes reines Tuch wird das Huhn feſt hineingewickelt und unten und oben mit einer Schnur wurſtähnlich zuſammengebunden. Um das Platzen des Huhnes zu verhindern, tut man gut, die Rolle mehrmals zu umbinden. Nun gibt man ſie mit dem ausgenommenen Knochengerüſt in eine Kaſſerolle, gießt ſo viel Waſſer zu, daß alles bedeckt iſt und würzt mit Salz, Wein, 1 Zitronenſcheibe, 1 Peterſilienſträußchen und Zwiebeln. Vom Kochpunkt an rechnet man je nach Alter des Huhnes 1 bis 1¼ Stunden. Nach dem Erkalten nimmt man die Geflügelrolle aus dem Sud, entfernt das Tuch und preßt die Rolle mit der Bruſtſeite nach oben leicht zwiſchen zwei Brettchen. Reicht man ſie warm, ſo nimmt man ſie aus dem heißen Sud, ſchneidet ſie in gleichmäßige Scheiben und reicht ſie mit geſchlagener Rahmſoße, mit holländiſcher oder einer anderen pikanten Soße. Kalte Rolle wird mit Mayonnaiſe oder mit irgendeinem grünen Salat oder italieniſchem Salat ſerviert.

Fleiſchfülle zur Geflügelrolle. Zutaten wie vorher angegeben.

In das kochende Waſſer rührt man das angerührte Stärkemehl und kocht es zu einem feſten Brei. Nach 5 Minuten Kochzeit ſtreicht man ihn auf einen flachen Teller und beſtreicht ihn mit Butter, damit ſich keine Kruſte bilden kann. Dann gibt man das Kalbfleiſch und das Nierenfett 4 bis 5 Mal durch die Fleiſchmaſchine oder zerſtößt ſie im Mörſer recht fein, miſcht den Mehlteig dazu und arbeitet alles gut durch. Unter die Maſſe gibt man das Ei, Salz, Pfeffer und Muskat und ſtreicht die Fülle zuletzt durch das Haarſieb. (Für beſondere Gelegenheiten.)

Curry-Huhn.

Huhn ausnehmen, in kleine Stücke ſchneiden, mit feingehackten Zwiebeln in Öl anbraten, vorher Stücke mit Curry beſtreuen, mit ½ Taſſe Kokosmilch oder Mandelmilch aufgießen. 4 Eßlöffel einer Butterſoße hinzufügen und das Huhn fertig kochen. Huhn mit Reis ſervieren.

Fleiſchhühner gefüllt und geſpickt.

Gute Fleiſchhühner ſpickt man mit feinem Speck an Schenkeln und Bruſt, füllt ſie in den Bauch oder unter die Bruſt mit Reis-, Krebs-, Fleiſch-, Semmel- oder Ragoutfülle, brät ſie unter Begießen mit Fett und Fleiſchbrühe oder Waſſer fertig und garniert ſie mit verſchiedenen Salaten, Gemüſen, Blumenkohl oder gibt dazu Kräuter- oder Krebsſoße.

Auf Wildbretart.

Die vorgerichteten Hühner werden mit einem Gemiſch von geſtoßenen Fichtennadeln, Wacholderbeeren und Salz innen und außen gut eingerieben, dann zwei Tage liegen gelaſſen, geſpickt und unter öfterem Begießen mit Fett und ſaurem Rahm gebraten.

Auf ungariſche Art.

Das vorgerichtete Huhn wird geſalzen, geviertelt, dann mit viel Zwiebeln, etwas Paprika in Butter gedünſtet und kurz vor dem Anrichten mit ſaurem Rahm aufgekocht. Man kann es auch mit Speck und Zwiebeln dünſten, bis der Saft faſt eingekocht iſt, dann Mehl darüber ſtauben, mit Fleiſchbrühe aufgießen, mürbe dünſten, Paprika und ſauren Rahm dazugeben, noch einmal aufkochen laſſen.

Mit Rahmſoße.

Ein fettes junges Huhn wird mit Speck gebunden und mit Wurzelwerk, Fleiſchbrühe, Fleiſchabfällen, Zitronenſaft und etwas Wein weichgedünſtet. Man bereitet eine lichte Einbrenne von Butter, verdünnt dieſelbe mit der Soße, gibt dazu ſauren Rahm und kocht das Huhn damit noch einmal auf.

Huhn mit Reis.

Das geſalzene Huhn wird mit Speck überbunden und mit Wurzelwerk und Suppe faſt weich gedünſtet. Dann ſeiht man den Saft ab, gibt in dieſen Reis und darüber noch ſo viel Brühe, daß dieſer davon bedeckt iſt, kocht die Suppe ſchnell ein, gibt noch welche nach und kocht den Reis weich. Dann miſcht man gedünſtete grüne Erbſen zum Reis und garniert damit das Huhn. Nach Belieben kann man auch Tomatenſoße dazu geben oder extra in einer Schale ſervieren.

Kapaun und Poularde.

Um beſonders fettes und zartes Geflügel zu erhalten, wird zur Maſtzucht bei Hähnen und Hühnern in jugendlichem Alter ein Teil der Fortpflanzungsorgane entfernt. Durch beſondere Zucht und Fütterung wird das Fleiſch beſonders zart und ſaftig. Junge Hahnen heißen von da an Kapaune, Hühner dagegen Poularden. Die Tiere ſollen nicht über ein Jahr alt werden. Poulardenfett gilt als feinſtes Bratfett.

Poularde oder Kapaun gebraten. 1 Maſthuhn von 2 Kilo, 2 Eßlöffel Salz, 2 Priſen Pfeffer, 80 bis 100 Gramm Speck. Zum Braten: 150 Gramm Fett oder Butter, 1 Zwiebel, ¼ Liter Fleiſchbrühe.

Das Vorrichten und Braten geſchieht im weſentlichen wie bei anderem Geflügel. Man hat darauf zu achten, daß die Bruſt nicht zu ſtarker Hitze ausgeſetzt iſt. Man legt das Geflügel deshalb zuerſt auf die Bruſtſeite und erſt in der letzten Hälfte der Bratezeit auf den Rücken, und begießt ſehr fleißig. Bei gemäſteten Poularden läßt man die Speckſcheibe weg und gießt über das auf der Bruſtſeite liegende Tier ½ Liter kochendes Waſſer, wendet es nach ½ Stunde und brät es recht knuſperig. Das Zerlegen erfolgt wie angegeben, die Herſtellung der Soße wie bei gebratenen Hähnchen.

Poularde oder Kapaun, gefüllt und gebraten.

Zubereitung wie vorher; doppelte Zutaten zur Fülle; ½ Stunde längere Bratezeit.

Indian oder Kapaun, gedämpft.

Das nicht zu fette Tier wird vorgerichtet, innen gut geſalzen, auf der Bruſt mit Zitrone beträufelt, mit Speck überbunden oder geſpickt und dann mit Wurzelwerk, etwas Brühe und Fleiſchabfällen gedünſtet und zwar mit ſtarker Oberhitze. Hierauf zerlegt man, übergießt mit dem abgefetteten Saft und garniert mit gedämpftem Reis oder Makkaroni mit Sardellenbutter und verſchiedenen Gemüſen.

Oder:

Man überdünſtet das Tier etwas, ſpickt es dann mit Trüffeln, dämpft dann fertig und garniert mit verſchiedenen Gemüſen, wie grüne Erbſen uſw., Champignons und gibt dazu Trüffelſoße.

Gedünſtete Poularde.

Die Poularde wird mit Wurzelwerk gargekocht. Dann macht man eine helle Einbrenne, die man mit ſehr gutem Rahm und etwas von dem Sude ablöſcht.

Nun garniert man die Poularde mit feinen, nur mit Butter bereiteten Gemüſen und ſerviert Soße dazu.

Gefüllte Poularde. (Feine Art.)

Längs des Rückens ſchneidet man die Haut durch, zieht ſie vorſichtig bis zu den Fuß- und Flügelgelenken ab, näht ſie dann wieder zuſammen und legt ſie inzwiſchen in kaltes Waſſer. Die Poularde wird ausgelöſt und das Fleiſch mit ½ Kilo magerem Schweinefleiſch gehackt. Darauf rührt man ¼ Kilo Butter ſchaumig, rührt dieſe dann mit dem Fleiſch, Salz, 3 Eigelb und 3 ganzen Eiern, einem gebrühten gewürfelten Kalbshirn, 10 Krebsſchweifen, fein geſchnittener Peterſilie und einigen halbgekochten Blumenkohlröschen zuſammen, füllt damit die zuſammengenähte Haut, näht ſie zu, umwickelt ſie mit Speckſchnitten und dünſtet ſie mit Butter unter öfterem Begießen mit Fleiſchbrühe fertig. Indeſſen macht man helle Butterſoße, zieht dieſe mit 3 Eigelb ab und miſcht einige feingehackte, gebrühte Champignons dazu. Die Poularde wird dann aufgeſchnitten in Scheiben, ſchön angerichtet mit verſchiedenen Gemüſen garniert, und die Soße dazu ſerviert.

Puter oder Pute, auch Welſchhahn, Indian, Truthahn genannt.

Allgemeines.

Sie werden vom September bis März gegeſſen und ſind am beſten, wenn ſie nicht älter als 1 Jahr ſind. Das Alter erkennt man an den Füßen. Die der jungen Tiere haben hellgraue oder hellblaue Farbe und eine weiche, ſchuppenartige Haut. Iſt die Farbe dagegen rötlich, ſo kann man ſicher ſein, ein altes Tier vor ſich zu haben, deſſen Fleiſch zähe und trocken wird. Sehr wichtig iſt bei Puten das Abhängen. Nach dem Rupfen und Ausnehmen (nicht auswaſchen!) läßt man junge Tiere 5 bis 6, ältere 8 bis 10 Tage im kühlen Raume hängen.

Puter gebraten. (Für 8 bis 10 Perſonen.)

Zum Braten kann man nur junge Tiere verwenden. Vorrichten und Braten wie bei Hähnchen gebraten angegeben. Beſonders zu Beachtendes ſiehe bei Poularde gebraten. Bratezeit 1½ bis 2 Stunden.

Puter gefüllt und gebraten.

Man füllt nur gemäſtete Puter. Zuerſt wird der Kropf gefüllt. Damit die Fülle nicht in den Körper rutſchen kann, ſteckt man ein Stück des losgehackten Halſes in die Öffnung. Die Fülle iſt dieſelbe wie bei Hähnchen angegeben, nur nimmt man ungefähr das Doppelte der Zutaten.

Puter mit Kronsbeerenſoße, auf amerikaniſche Art gefüllt.

Ein großer Puter wird ausgenommen, geſäubert, innen leicht mit Salz und Pfeffer eingeſtreut, die Bruſthaut von unten etwas gelöſt und mit nachſtehender Fülle gefüllt: 1 gehackte Zwiebel läßt man in 50 Gramm Butter angehen und miſcht ſie dann unter 250 Gramm aufgeweichtes und ausgepreßtes Weißbrot, für je 250 Gramm ſehr feingehacktes Kalbfleiſch und Schweinefett hinzu, ferner das Abgeriebene ½ Zitrone, Salz, Pfeffer und 1 Priſe geriebene Muskatnuß, 1 Teelöffel voll getrocknetem, pulveriſiertem Thymian und 1 bis 2 Eier. Mit ½ Teelöffel voll gehackter Peterſilie vollenden und gut durchmiſchen.

Man gibt nun dem Puter eine ordentliche Form, näht die Haut unten zuſammen, dreſſiert wie üblich, bindet mit Speckſcheiben und bratet mit reichlich Butter unter fortwährendem Begießen. Iſt der Puter ziemlich fertig, ſo bratet man eine angemeſſene Anzahl von kleinen Saucischen recht röſch. Man richtet den Puter auf eine lange Schüſſel an und umlegt ihn mit Scheiben von Speck und den Saucischen und verziert mit Brunnenkreſſe. Gleichzeitig reicht man eine Schüſſel mit glaſierten Maronen und Kronsbeerenſoße.

Kronsbeerenſoße.

1 Kilo Kronsbeeren werden geleſen, mit 2 Eßlöffel Waſſer angeſetzt und ½ Stunde lang gekocht oder bis die Beeren dick und marmeladenartig ſind. Zucker nach Geſchmack hinzufügen und recht kalt ſervieren.

Es iſt empfehlenswerter, wenn man den Puter nicht brät, ſondern bräſiert und ihn auch nicht in der Küche, ſondern bei Tiſch oder auf der Anrichte im letzten Moment zerlegt.

Puter als Geflügelrolle.

Wird wie Geflügelrolle zubereitet, natürlich muß die Fülle und Kochdauer je nach Größe verlängert werden.

Tauben gebraten.

Junge Tauben haben ein biegſames Bruſtbein und einen kurzen weichen Schnabel und ſollen eine möglichſt fleiſchige Bruſt haben. Sie werden nach dem Töten ſofort gerupft und vom Halſe aus ausgenommen. Nach zweitägigem Hängen werden ſie geſengt, ausgewaſchen und mit Salz und Pfeffer eingerieben, dreſſiert und mit einer dünnen Speckſcheibe umbunden. Mit 1 Zwiebel gibt man ſie in heißes Fett und brät ſie unter fleißigem Begießen ½ Stunde, entfettet die Soße, füllt mit wenig Fleiſchbrühe auf und ſeiht ſie durch.

Tauben gefüllt. 4 junge Tauben, 60 Gramm Butter, 2 Eigelb oder ½ Ei, 1 Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, 1 kleiner Teelöffel Salz, Muskat, 100 Gramm Fett, Fleiſchbrühe.

Die Fülle, wie bei Hahnenfülle angegeben, abdämpfen. Die Bruſthaut wird bis unter die Flügel losgelöſt, die Fülle eingefüllt und die Bruſthaut zugenäht. Man umbindet ſie mit einer dünnen Speckſcheibe, läßt ſie 10 Minuten in ſiedender Fleiſchbrühe aufquellen und brät ſie in mittelheißem Ofen ½ Stunde. Soße entfetten und durchſeihen; die Täubchen in Hälften ſchneiden.

Tauben gebacken.

Sie werden wie Backhähnchen zubereitet.

Tauben gedämpft. 4 junge Tauben, 20 Gr. Butter, 60 Gr. Speck, Zwiebeln und Suppengrün, Fleiſchbrühe, 1 Teelöffel Stärkemehl, 2 Eßlöffel Wein.

Die vorgerichteten Tauben in kochendem Waſſer brühen, in einer mit Butter beſtrichenen, mit Speckſcheiben belegten Kaſſerolle die geſalzenen, mit Speck belegten Tauben mit ½ Liter Fleiſchbrühe begießen, Zwiebeln und Suppengrün zugeben und zugedeckt 20 bis 30 Minuten dämpfen laſſen. Mit Wein angerührtes Stärkemehl einrühren und die Soße aufkochen.

Auf dieſelbe Art kann man auch älteres Geflügel zubereiten. Man rechnet dann entſprechend längere Bratezeit.

Tauben nach Frühlingsart.

Man kocht die vorgerichteten Tauben in Kalbfleiſchbrühe weich und bereitet eine Eſtragonſoße, die man mit der Brühe auffüllt. Die Tauben werden halbiert, auf einem Sockel von in Fleiſchbrühe gekochtem Reis angerichtet, mit wenig Soße übergoſſen und mit Erbſen, Karotten und Blumenkohl verziert.

Tauben auf Wildbretart. 3 bis 4 große fette Tauben. Beize von ½ Liter Eſſig, Gewürz, Suppengrün. Zum Braten: 40 Gramm Butter, 1 Zwiebel, 80 Gr. Speck.

Die vorgerichteten Tauben 24 Stunden in der Beize liegen laſſen, dann ſalzen, ſpicken oder wie Rebhühner mit Speck umwickeln. In heißer Butter unter fleißigem Begießen 30 bis 40 Minuten mit Zwiebel und Suppengrün braten. Nach Belieben die Soße mit ſaurem Rahm ſämig machen.

Auf Rebhuhnart.

Die vorgerichteten Tauben legt man 2 bis 3 Tage in ſaure Milch, trocknet ſie ab und brät ſie in Butter ſchön braun.

Ente.

Allgemeines.

Die Ente wird meiſt in den Wintermonaten zubereitet und ſoll nicht älter als 1 Jahr und nicht zu fett ſein, da dann das Fleiſch leicht einen unangenehmen Geruch hat. Junge Enten erkennt man am weichen Bruſtknochen und dem weichen Schnabel.

Ente gebraten. 1 Ente, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 60 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 1/8 Liter Fleiſchbrühe.

Die junge Ente ausnehmen, 2 Tage hängen laſſen, dann auswaſchen, ſalzen und pfeffern. In das Innere 1 Stückchen Butter geben, zunähen und dreſſieren. In einer Bratpfanne das Fett erhitzen und die Ente mit der Zwiebel hineingeben, im Bratofen unter fleißigem Begießen je nach Größe 40 bis 50 Minuten braten. Fette Enten werden mit heißem Waſſer beigeſetzt. Durch das Verdampfen des Waſſers wird das Fett gelöſt; iſt das Waſſer verdunſtet, beginnt das Braten. Die Ente legt man in dieſem Falle zuerſt auf die Bruſtſeite und erſt nach 20 Minuten auf den Rücken. Die Soße wird mit Fleiſchbrühe aufgekocht und entfettet.

Ente gefüllt.

Wird wie gefüllte Gans zubereitet. Man braucht die Hälfte der Fülle. Bratezeit 1½ bis 2 Stunden.

Ente auf Wildbretart.

Man kann dazu ältere Enten verwenden, die man dann vor dem Braten nicht zu überdünſten braucht. Die Ente wird außen mit geſtoßenen Wacholderbeeren, Pfeffer und Salz, innen mit zerquetſchter Sardelle eingerieben und dann einige Tage liegen gelaſſen. Dann bereitet man eine Beize mit Rotwein, übergießt ſie heiß damit, läßt ſie noch einige Tage in der Beize liegen und brät ſie dann unter fleißigem Begießen mit Beize, Fett und ſaurem Rahm.

Auf ſpaniſche Art.

Eine Ente wird 1 bis 2 Tage vor dem Braten in eine milde Eſſigbeize gelegt, dann Hals, Füße und Flügel abgenommen, gut gereinigt und die Bruſt mit Zitrone eingerieben. Dann gibt man in eine Kaſſerolle feinen Speck, Gelbe Rüben, Zwiebeln, Pfefferkörner, Poree, Salz und Champignonſchalen, gießt etwas Rotwein und Fleiſchbrühe daran, legt die Ente hinein, dämpft ſie darin langſam weich, nimmt ſie dann heraus und brät ſie im Ofen bei fleißigem Begießen ſchön braun. In die Dämpfſoße gibt man die Kerne von zwei Handvoll Oliven und einige Champignons ſamt einem Stück Fleiſchglacé oder einigen Maggiwürfeln oder Maggiwürze, läßt alles gut einkochen und gießt es dann über die ſchön mit den Oliven angerichtete Ente.

Das Vorrichten der Gans.

Am beſten ſind Gänſe von ¾ bis 1 Jahr. Die Bruſt ſoll ſich fleiſchig und feſt anfühlen. Schnäbel und Füße ſollen hellgelb oder hellrot ſein, die Schwimmhaut muß ſich leicht einreißen laſſen, die Krallen ſollen ſpitz ſein. Bei den Wintergänſen (die jungen Sommergänſe ſind weder fett noch ſehr fleiſchig) unterſcheidet man Brat- und Fettgänſe. Letztere werden durch Stopfen und Einſperren gemäſtet, wobei ſich die Leber abnorm vergrößert und ſich ein großer Fettanſatz im Körper bildet. Ihr Braten iſt weniger gut, doch ſind ſie wegen ihres Fettes und der hoch im Preiſe ſtehenden Leber begehrt.

Die Gänſe rupft man ſofort nach dem Schlachten, hackt dann Kopf, Hals, Füße und Flügel ab und nimmt von der Halsöffnung aus die edleren Eingeweide heraus (Vorſicht, daß die Gallenblaſe nicht verletzt wird!). Dann ſchneidet man von der Darmöffnung aus bis zum Bruſtbein die Bauchwand auf und löſt vorſichtig die Eingeweide heraus. Die Leber wird ſofort abgelöſt, die Gallenblaſe vorſichtig gegen die Leber zu abgeſchnitten (wenn ſie ausfließt, iſt die Leber unbrauchbar) und die Leber auf Eis oder in Milch gelegt. Das an den Därmen haftende Darmfett wird geſondert vom übrigen Fett vorſichtig gelöſt (damit ja nicht die Därme verletzt werden) und nach reichlichem Wäſſern geſondert ausgelaſſen. Der Magen wird geleert, die weißliche Magenhaut entfernt und der Magen ſamt Herz, den Flügeln und dem Hals zu Gänſeklein (Gansjung, Ganspfeffer) verwendet. Die ausgenommene Gans muß mindeſtens 2 bis 3 Tage möglichſt kalt hängen. Bei ſcharfem Froſt kann man ſie auch 8 Tage hängen laſſen. Bei der Zubereitung wird ſie geſengt, ausgewaſchen und mit Salz und Pfeffer innen und außen eingerieben, gefüllt oder ungefüllt zugenäht und dreſſiert. Das Gänſefett wird wie Schweinefett ausgelaſſen. Zum Strecken desſelben und da es dann feſter wird, läßt man gern etwas Schweinefett mit dem Gänſefett zuſammen aus. Benötigt man nicht die ganze Gans, ſo legt man Keulen oder Bruſtſtücke in einen Topf und bedeckt ſie völlig mit Gänſefett. Nach dem Feſtwerden kann man die Stücke längere Zeit darin aufbewahren.

Junge Gans gebraten.

Zubereitung wie junge Ente. Reichlich begießen.

Ältere Gans gebraten. 1 Gans von 3½ bis 5 Kilo, 2 Eßlöffel Salz, 2 Priſen Pfeffer, (1 Zwiebel), 1 Liter Waſſer, 3 Eßlöffel Bier.

Die vorgerichtete Gans wird im weſentlichen wie ein großer Schweinebraten zubereitet. Man legt ſie in die Bratpfanne, am beſten in einen Gansbrater, gießt das heiße Waſſer darüber und läßt ſie ſo lange auf dem Herd zugedeckt dämpfen, bis das Waſſer verdampft und ein Teil des Fettes ausgetreten iſt. Dann ſtellt man die Pfanne ohne Deckel in den gut heißen Bratofen und läßt die Gans je nach Alter 2 bis 3 Stunden zuerſt auf der Bruſt, dann auf dem Rücken liegend unter fleißigem Begießen braten. Iſt die Gans ſehr fett, ſo muß von Zeit zu Zeit etwas klares Fett abgeſchöpft werden. Um das Verbrennen des Fettes zu verhindern, gießt man von Zeit zu Zeit etwas heißes Waſſer zu. ¼ Stunde vor dem Anrichten beſtreicht man die Gans mit Bier, damit die Haut recht knuſperig wird. Hat man durch Einſtechen in die Schlegel feſtgeſtellt, daß ſie weich genug iſt, ſo nimmt man ſie heraus, wickelt ſie bis zum Zerlegen in Butterpapier und ſtellt ſie heiß. Dann entfettet man die Soße, löſt den Bratenanſatz gut los, kocht ihn mit Fleiſchbrühe auf und ſeiht ihn durch. Die Gans wird nun nach Vorſchrift zerlegt und mit grünem Salat oder Gurkenſalat oder mit Wirſing, Blaukraut oder Roſenkohl aufgetragen.

Geflügelſchere der Zwillingswerke

Gans mit Kartoffelfülle. 1 Gans von zirka 3½ bis 4 Kilo, 2 Eßlöffel Salz, 2 Priſen Pfeffer, (1 Zwiebel), 1 Liter Waſſer, 3 Eßlöffel Bier. Zur Fülle: Herz, Leber, 2 feingeſchnittene Zwiebeln, 1 Eßlöffel Peterſilie, 40 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 1 Kilo Kartoffelwürfel.

Die in 1½ bis 2 Zentimeter große Würfel geſchnittenen oder rund ausgeſtochenen Kartoffeln gibt man 5 bis 10 Minuten in kochendes, wenig geſalzenes Waſſer und ſchüttet ſie dann auf ein Sieb. In heißer Butter dünſtet man Zwiebeln und Peterſilie gelblich, gibt die feingehackte Leber und Herz dazu und mengt nach 5 Minuten die gewürzten Kartoffeln zu. Nun füllt man die Gans, näht ſie zu und brät ſie nach Vorſchrift. Beim Anrichten gibt man die Fülle auf eine eigene Platte und reicht ſie zum ſchön zerlegten Braten.

Gans mit Kaſtanienfülle. Zur Fülle: 1½ Kilo Kaſtanien, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 50 Gramm Butter, 1 Zwiebel, ½ Liter Fleiſchbrühe, 1 Teelöffel Zucker.

Die Gans mit den oben angegebenen Zutaten vorrichten. Die Kaſtanien ſchälen, 1 Minute in kochendes Waſſer geben und dann die zweite Schale ablöſen. In einem glaſierten Topf in heißer Butter Zwiebel und Zucker gelblich werden laſſen, die Kaſtanien, Fleiſchbrühe und Salz zugeben und 20 bis 25 Minuten dämpfen laſſen. Die Gans damit füllen und fertig machen wie angegeben.

—

Gans mit Apfelfülle.

Das Füllen und Braten geſchieht nach Vorſchrift. Mürbe Äpfel werden geſchält, in Sechſtel oder Achtel geteilt und in die vorgerichtete Gans gefüllt. Beim Anrichten werden die Äpfel um die zerlegte Gans garniert oder für ſich gereicht. Man kann auch 1 Kilo kleine Äpfel ganz ſchälen und einfüllen.

Gans mit Fleiſchfülle. Zur Fülle: ¼ Kilo Kalbfleiſch, ¼ Kilo Schweinefleiſch, 2 bis 3 Eier, 100 Gramm Butter, 1 bis 2 Semmeln, 1 kleiner Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 Teelöffel Stärkemehl, 1 Scheibe Speck, 1 Eßlöffel gedämpfte Zwiebeln und Peterſilie.

Je nach der Größe der Gans werden die ganzen oder dreiviertel der Füllzutaten genommen. Das feingehackte Fleiſch (nach Belieben mit dem Herz und der Leber der Gans) wird mit in Speck gedämpften Zwiebeln und Peterſilie, verzupfter Semmel, Salz, Pfeffer, etwas Majoran gemiſcht und abgeſchmeckt. Füllen und Braten wie gewöhnlich.

Beſondere Geflügelrezepte (Sondergerichte).

Gans, gedünſtet.

Dazu nimmt man meiſt ältere Gänſe. Man ſalzt ſie ein und läßt ſie einen Tag liegen, gibt dann in eine Kaſſerolle Speckſchnitten, Wurzelwerk, Zwiebelſcheiben, getrocknete Pilze, einige Pfefferkörner, wenn man hat Kalbfleiſchabfälle, legt die Gans mit der Bruſt nach unten darauf, gießt 1 Liter Waſſer darüber und dünſtet etwa 1½ Stunden. Dann wird die Gans umgedreht, etwas Waſſer nachgegeben und noch einmal ſo lange gedünſtet. Iſt dann der Saft eingekocht, ſo ſtaubt man das Wurzelwerk mit Mehl und löſcht mit Brühe ab. Die kurze gelbe Soße paſſiert man und gibt ſie zur zerlegten Gans, die mit Blumenkohl garniert wird.

Gans, gekocht in Meerrettich.

Die vorbereitete Gans, die nicht zu fett ſein ſoll, wickelt man in eine alte aber reine Serviette, gibt ſie in einen Topf, gießt ſo viel Waſſer zu, daß die Gans davon bedeckt iſt, tut dazu Wurzelwerk, Zwiebeln, Pfefferkörner, Ingwer, etwas Nelken, Lorbeerblatt und Salz. Nun läßt man ſie ganz weich kochen und in der Brühe erkalten. Dann nimmt man ſie heraus, trocknet ſie ſauber ab, legt ſie auf eine, mit einer Serviette bedeckte Platte und ſerviert ſie; dazu gibt man eine Meerrettichſoße, zu welcher man 1 Liter guten Rahm kocht, in den man dann eine gute Hand voll geriebenen Meerrettich ſowie 120 Gramm geſchälte, mit etwas Rahm geſtoßene ſüße Mandeln und 60 Gramm Zucker miſcht, worauf man ſie erkalten läßt.

Junge Gans, gebraten. (Feine Art.)

Eine junge magere Gans wird vorgerichtet und mit Speckſchnitten umwickelt. Dann gibt man in eine Kaſſerolle Speckſchnitten, fein geſchnittenes Wurzelwerk und Gemüſe, etwas Fleiſchbrühe oder Waſſer, ein Glas Madeira, legt die Gans darauf, deckt ſie mit einem Fettpapier zu und brät ſie bei langſamem Feuer und öfterem Begießen fertig. Dann nimmt man ſie heraus, zerlegt ſie und richtet ſie auf einer Unterlage von dreiviertelfertig gebratenem gehackten Fleiſch ſchön an. Währenddeſſen macht man aus dem Bratenſaft, angelaufenem braunen Mehl und eventuell noch etwas Madeira eine Soße, beſtreicht damit die zerlegte Gans, die man rundherum mit Kaſtanien garniert und ſerviert die noch übrige Soße dazu.

Geſulzte Gans.

Man zerteilt 3 Kalbsfüße und einen Schweinsfuß und kocht ſie in etwa 3 Liter Waſſer recht weich, ſeiht dann die Brühe zu einer auf Zwiebeln- und Wurzelſcheiben gegebenen fleiſchigen Gans, gibt Bertramblätter, ein Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Salz, noch ſo viel Waſſer, daß die Gans davon bedeckt iſt und etwas guten Eſſig dazu, kocht ſie langſam weich und läßt ſie in der Brühe erkalten. Hierauf zerteilt man ſie, legt die Stücke auf eine Schüſſel und übergießt dieſe mit der entfetteten und geklärten Sulze.

Gans mit Weißbrotfülle.

Zutaten zur Fülle (ſ. S. 217). Statt Kartoffeln 2 bis 3 Semmeln.

Gänſeleber, geſpickt, gedämpft. 1 Leber von etwa 375 Gramm, 2 Trüffeln, einige dünne Speckſcheiben. Zum Dämpfen: ¼ Liter Madeira, ⅓ Liter Brühe, 3 Champignons, 1 Gelbe Rübe, 1 Schalotte, Peterſilie, ¼ Taſſe Bratenſaft, 1 Teelöffel Salz.

Die auf Eis oder in Milch einige Stunden aufbewahrte Leber wird getrocknet und gehäutet. Mit einem möglichſt ſchmalen ſpitzen Meſſer macht man etwa 2 Zentimeter tiefe Einſchnitte und ſchiebt in dieſe je ein keilartig zugeſpitztes Trüffelſcheibchen (zirka 20 bis 25 Stück). In möglichſt dünne breite Speckſcheiben hüllt man nun die Leber gut ein und hält den Speck mit ſpitzen Hölzchen feſt. Die vorgerichteten Gewürze, den Madeira und die Fleiſchbrühe (Kalbfleiſchbrühe) gibt man in eine kleine Kaſſerolle und legt die Leber darauf, damit ſie nicht auf dem Boden aufliegt. Die Flüſſigkeit muß über die Leber gehen. Nun dämpft man die Leber zugedeckt bei kleinem Feuer etwa ¾ Stunden. Die Brühe darf nur kleine Bläschen ziehen. Dann nimmt man die Leber heraus, entfettet die Soße und kocht ſie mit dem Bratenſaft zu einer kräftigen Soße ein. 5 Minuten vor dem Anrichten löſt man die Speckſcheiben und erhitzt die Leber in der Soße, läßt ſie aber nicht mehr kochen. Die Leber ſchneidet man mit einem ſcharfen Meſſer in Scheiben und beſtreut ſie mit feinem Salz.

Gänſehals gefüllt. 200 Gramm Kalbfleiſch, 150 Gramm Gänſeleber, 200 Gramm friſcher Speck, 1 Eßlöffel Salz, ½ Teelöffel Paſtetengewürz, 1 großer Gänſehals.

Von einem großen Gänſehals (den man zu Gänſeklein verwendet) löſt man vorſichtig die dicke Fetthaut los, reinigt ſie und näht ſie an einem Ende zu. Zur Fülle gibt man das Fleiſch und den Speck zweimal durch die Fleiſchmaſchine, würzt und gibt die würfelig geſchnittene Gänſeleber unter die Maſſe. (Zur Verfeinerung nach Belieben 100 Gramm Trüffelwürfel dazugeben.) Nun füllt man die Haut und näht ſie auch am anderen Ende zu. Die Wurſt wird in kochendem Salzwaſſer bei kleinem Feuer ½ Stunde gekocht. Nach dem Erkalten wird der Gänſehals als Aufſchnitt verwendet. Man kann auch eine andere feine Fülle verwenden, ſtatt Gänſeleber Schweinsleber oder Streichleberwurſtfülle einfüllen.

Gänſepfeffer (Gansjung, Gänſeklein) mit weißer Soße. Gansjung von 1 Gans, 1 Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz, Peterſilie, ½ Zwiebel, 1 bis 2 Pfefferkörner, ¼ Lorbeerblatt, 1 Gelbe Rübe, 40 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, ½ Liter Brühe, Wein, Maggi.

Unter Gänſeklein oder Gansjung verſteht man Kopf, Hals, Flügel, Füße, Magen und Herz, die man je nach Größe zerkleinert. Man richtet ſie folgendermaßen vor: Kopf und Füße werden gebrüht, von beiden Teilen zieht man die Haut ab, ſticht die Augen aus, teilt den Hals in 2 bis 3 Teile und kocht alles in der gewürzten Brühe gut weich (1 bis 2 Stunden). Unterdeſſen ſtellt man von den angegebenen Zutaten eine weiße Soße her, löſcht mit der erhaltenen Kochbrühe ab und gibt das Gänſeklein ¼ Stunde vor dem Anrichten in die Soße. Zuletzt würzt man mit Wein und Maggi-Würze.

Gänſepfeffer (Gansjung, Gänſeklein) mit brauner Soße. Gansjung von 1 Gans, 1 Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz, Peterſilie, ½ Zwiebel, 1 bis 2 Pfefferkörner, ¼ Lorbeerblatt, ½ Gelbe Rübe, 1 bis 2 Nelken, 3 Eßlöffel Eſſig, das Gansblut (¼ Liter Schweineblut), 40 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, ¾ Liter Brühe, 2 Eßlöffel Blut, 2 Eßlöffel Wein, Maggi.

Mit brauner Soße bereitet man den Gänſepfeffer in der Regel nur, wenn man das Gansblut beim Schlachten auffangen konnte. Doch kann man als Erſatz im Notfalle auch Schweineblut nehmen. Das Gansblut wird bis zum Gebrauch mit Eſſig angerührt aufbewahrt. Statt einer weißen Soße ſtellt man eine braune Soße her, bereitet im übrigen das Gänſeklein wie oben. In die Soße gibt man nach dem Ablöſchen das angerührte Blut. Man reicht das Gericht mit Kartoffelklößen.

2. Teil: Wildgeflügel (Siehe Tabelle bei Wild.)

Vormerkung.

Das ausgenommene Wildgeflügel läßt man im Gegenſatz zum Hausgeflügel in den Federn abhängen. Das Vorrichten geſchieht auf dieſelbe Weiſe wie beim Hausgeflügel. Wegen ſeines geringeren Fettgehaltes und zäheren Fleiſches muß beim Braten beſondere Sorgfalt verwendet werden. Reichlich Fett, viel Übergießen!

Rebhuhn oder Feldhuhn.

Vormerkung.

Verwendungszeit iſt Ende Auguſt bis Ende Oktober. Es hat einen beſonders feinen Geſchmack und iſt ſehr leicht verdaulich. Wichtig iſt, daß man die Merkmale des Alters der Rebhühner kennt. Junge Tiere haben hellgelbe bis braune Füße, ſchwarzen Schnabel und ſpitze Schwungfedern. Ältere haben dunkelbraune Füße, weißliche Schnäbel und abgerundete Schwungfedern, ganz alte ſchwarzgraue Füße und rote Ringe um die Augen. Wegen ihres zarten Fleiſches gehen die Rebhühner raſch in Zerſetzung über. Es iſt deshalb darauf zu achten, daß die Haut eine friſche Farbe und keinen grünlichen Schimmer hat. Alte Hühner kann man durch 24ſtündiges Einlegen in Butter- oder Sauermilch mürber machen.

Rebhühner gebraten. 2 bis 4 Rebhühner (je nach Größe), 40 Gramm Butter, 4 dünne Scheiben Speck, 1 Eßlöffel Salz, Peterſilie, 4 Rebblätter, 60 Gramm Fett, 1 kleine Zwiebel, Fleiſchbrühe.

Junge Rebhühner ſauber rupfen, ausnehmen, ſengen, waſchen, ſalzen, in das Innere 1 Stückchen Butter und etwas Peterſilie legen. Die Rebhühner mit den Speckſcheiben umwickeln oder die Bruſt mit einer Speckſcheibe und den Rücken mit einem Traubenblatt belegen und binden. Die Hühner mit dem heißen Fett übergießen und mit der Zwiebel unter fleißigem Begießen im Bratofen 20 bis 25 Minuten braten laſſen. Beim Anrichten den Speck in kleine Dreiecke ſchneiden und die Hühner damit belegen.

Rebhuhn gefüllt, gebraten. Zutaten zum Braten wie oben. Zur Fülle: 100 Gramm mageres Dürrfleiſch, 30 Gramm Butter, 1 Teelöffel Schalotten, 60 Gramm zerkleinerten Schinken, 1 Teelöffel Peterſilie, 120 Gramm Semmelbröſel, 1 Ei, Salz, Pfeffer.

Vorrichten und zubereiten wie oben. Zur Fülle wiegt man das Dürrfleiſch fein, dämpft es mit Zwiebeln in heißer Butter, gibt den würfelig geſchnittenen Schinken, die Peterſilie und zuletzt die Bröſel zu und läßt die Fülle gut durchdämpfen. Dann fügt man Ei, Salz und Pfeffer zu und füllt die Hühner.

Rebhühner, gedämpft mit Sauerkraut. Zum Dämpfen: Einige Speckſcheiben, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, ½ Liter Fleiſchbrühe, ⅓ Liter Wein, ¼ Lorbeerblatt, Peterſilie, 4 Pfefferkörner, ¾ Kilo Sauerkraut, 50 Gramm Fett, Zwiebeln.

Die 2 bis 4 Rebhühner werden vorgerichtet. Dann dämpft man ſie mit Fleiſchbrühe, Wein und den Gewürzen ¼ Stunde und kocht ſie dann in dem mit Fett und Zwiebeln beigeſetzten Sauerkraut weich. Dieſes wird auf einer Platte erhöht angerichtet und die zerlegten Rebhühner im Kranze darum angerichtet. Zu dieſem Gericht kann man auch ältere Tiere verwenden.

Rebhühner gekocht.

Alte Rebhühner, mit Suppengrün und Gewürzen gekocht, geben eine ſehr gute Suppe. Das weich gekochte Fleiſch wird ausgelöſt, verwiegt und zu Vorſpeiſen, Ragout und dergleichen verwendet.

Birkhühner.

Sie werden genau wie Rebhühner zubereitet.

Krammetsvögel, gebraten.

Die vorgerichteten Vögel werden ausgenommen, geſalzen. Dann reißt man den unteren Teil des Schnabels weg, entfernt die Augen, zieht die Kopfhaut ab, gibt Leber und Magen in das Innere, umbindet ſie mit Speckſchnitten, und brät ſie auf ſchneller Hitze, wobei man ſie mit Brühe und dem Saft begießt. In dem Saft läßt man einige Wacholderbeeren mitkochen. Beim Anrichten halbiert man ſie, gibt ſie auf gebackene Semmelſchnitten und ſerviert die Soße dazu oder gießt ſie darüber.

Faſan gebraten. 1 Faſan, 1 Speckſcheibe, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, 40 Gramm Fett (Butter), 1 Zwiebel, Fleiſchbrühe.

Man verwendet meiſt die Hahnen. Junge Hahnen haben im erſten Jahr einen kaum ſichtbaren Sporenanſatz, im zweiten Jahr bilden ſie ſich zur Spitze und ſind erſt im dritten Jahre ausgewachſen und werden dann immer härter. Sie werden in den Federn ſo lange abgehängt, bis der Rücken anfängt, grünlich zu werden. (Haut goût). Dann wird er vorſichtig gerupft, ausgenommen, geſengt und mit einem Tuch ausgerieben. Damit der eigenartige Wildgeſchmack nicht verlorengeht, wäſcht man Wildgeflügel in der Regel nicht. Man reibt den Faſan innen und außen mit Salz und Pfeffer ein, dreſſiert ihn und umbindet die Bruſt mit einer Speckſcheibe. Er wird mit 1 Zwiebel in reichlich heißer Butter oder Fett unter fleißigem Begießen auf dem Rücken liegend gebraten (1 bis 1½ Stunden). Die Soße wird wie üblich hergeſtellt und der Faſan auf einer Platte ſo angerichtet, daß man die mit Draht verſehenen Schwanzfedern, die Flügel und den Kopf am Braten befeſtigt und neues Sauerkraut oder Salat dazu gibt.

Faſan, zweite Art. Faſan, Salz, 20 Gramm Butter, Zitronenſaft, 60 Gramm Schmalz, ¼ Liter Fleiſchbrühe, Speck, Mehl zum Binden der Soße.

Faſan rupfen, ſengen, ausnehmen, waſchen, innen und außen ſalzen. In den Bauch 1 Stück Butter geben, das man mit Zitronenſaft verquirlt. Bruſt mit Speck binden, mit heißem Fett übergießen, fleißig bepinſeln, 1 bis 1½ Stunden braten. In der letzten halben Stunde den Speck weg, daß der Faſan beſſer bräunt. Garnitur: Kartoffelbällchen, Weinkraut, Salate.

Birkhahn.

Das Fleiſch iſt zart und ſehr wohlſchmeckend. Er wird wie Faſan zubereitet. Der alte Hahn (Spielhahn) wird vor dem Braten in eine Beize gelegt und mit reichlich Gewürz (Thymian, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren uſw.) gebraten.

Wildente.

Die Wildente wird nicht abgehängt, da ihr Fleiſch raſch in Zerſetzung übergeht und unbrauchbar wird. Man unterſuche deshalb beim Einkauf, ob die Haut am Unterleib noch weiß und feſt oder grünlich und weich iſt. In letzterem Falle kaufe man nicht. Je ſchlichter und dunkler das Gefieder, deſto beſſer, je bunter und heller, deſto traniger ſchmeckt der Braten. Die kleine Krickente hat das beſte Fleiſch. Zubereitung wie Rebhuhn. Man kann die Wildente vor dem Braten kurz in ſiedendes Waſſer geben, um den tranigen Geſchmack zu entfernen. Beim Ablöſchen gibt man etwas Wein und Eſſig zu.

Das Füllen des Geflügels

Bevor mit dem Füllen begonnen werden kann, muß man beim Geflügel die Haut vom Fleiſch löſen, was man folgendermaßen macht: Man greift beim Halsſtich unter und löſt mit dem Finger etwas von der Haut; dann nimmt man ein Röhrchen, was man ſich von einem an beiden Enden abgeſchnittenen Federkiel machen kann, bläſt damit Luft zwiſchen Haut und Fleiſch und ſchiebt mit der Hand dieſe Luftblaſe weiter, bis man genug Haut vom Fleiſche gelöſt hat. Die Fülle wird dann mittels Trichter, Löffel oder Spritze eingefüllt. Bei Kalbsbruſt uſw. löſt man das Fleiſch mit dem Meſſer an der breiten Seite anfangend von den Rippen los, ſchiebt dann die Fülle dazwiſchen und vernäht die Öffnung oder ſteckt ſie mit einem Hölzchen zu, was man vor dem Anrichten wieder entfernt. Bei Geflügel ſteckt man die Einfüllöffnung ebenfalls mittels eines Hölzchens feſt. Zu bemerken iſt noch, daß man kleines Geflügel, wie Tauben uſw., entweder innen oder zwiſchen die Haut füllt, oder auch, man macht zwei verſchiedene aber doch paſſende Füllungen (z. B. unter die Haut eine Semmelfülle und innen eine Kaſtanien- oder Kartoffelfülle oder unter die Haut eine Fleiſchfülle und innen eine Makkaroni- oder Reisfülle) und gibt die eine davon unter die Haut und die andere innen hinein. Großes Geflügel wie Gänſe, Enten, Kapaun uſw. füllt man meiſt nur innen oder auch nur den Magen.

Verſchiedene Geflügelfüllen

1. Semmelfülle.

2 Eier rührt man mit dem halben Gewicht an Butter ab, miſcht dazu feingeſchnittenen Schnittlauch und Peterſilie, mit Milch befeuchtete Bröſel von zwei Semmeln, würzt mit Salz, einer Priſe Pfeffer und etwas Muskat, verrührt es fein und füllt es in Kalbsbruſt oder Geflügel.

Ragoutfülle.

Eigelb ſprudelt man mit ſaurem Rahm ab, miſcht dazu in Butter geröſtete Bröſel, gekochtes, fein geſchnittenes Hirn, gedünſtete grüne Erbſen und Schwämme. Man würzt mit Salz.

Von Kalbfleiſch.

Man löſt das rohe Fleiſch von den Häuten und Sehnen, hackt es, ſtößt es mit Speck oder Knochenmark, ſtreicht es durch ein Sieb und miſcht es zu gut gewürzter Semmelfülle. Auf 300 Gramm Fleiſch nimmt man etwa 150 Gramm Speck oder Mark und eine Semmelfülle von 2 bis 3 Semmeln.

Von Schinken.

In 80 Gramm Knochenmark läßt man fein geſchnittene Zwiebeln und Peterſilie gelb anlaufen, miſcht dazu 100 Gramm entrindete, in Suppe geweichte und ausgedrückte Semmeln, 2 Eier, 275 Gramm fein gehacktes Schinkenfleiſch, würzt mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat und füllt ein.

Von Leber.

Gekochter Magen und Herz von Geflügel ſowie die rohe, ausgeſtreifte Leber werden fein geſchnitten und zu gut gewürzter Semmelfülle gegeben.

Oder: Man dünſtet in Butter feingeſchnittene Zwiebeln, Peterſilie, Champignons oder Pilze, gibt in Milch geweichte, fein zerdrückte Semmeln und dann ſo viel Eigelb oder auch ganze Eier dazu, daß alles gut ſaftig wird, und miſcht zu dem Ganzen die kleinwürfelig geſchnittene Leber von Gans, Indian uſw.

Trüffel-Fülle.

Trüffeln werden geſchält und fein geſchnitten, gibt dazu das gleiche Gewicht an gutem Speck, würzt mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat und miſcht dazu ausgeſtreifte Geflügelleber.

Oder: Trüffeln werden geſchält, zu feingeſchnittenen Zwiebeln, Peterſilie und Champignons gegeben, mit Salz und Paſtetengewürz gewürzt, dann mit Speck und Brühe ſowie etwas Wein ſo lange gedünſtet, bis die Flüſſigkeit beinahe eingekocht iſt. Dann läßt man es erkalten, füllt damit feines Geflügel, hängt es einige Tage an kühlem Ort auf und macht es dann erſt fertig.

Bratwurſtfülle.

Das Ausgeſtreifte einer rohen Bratwurſt miſcht man mit der gleichen Menge an Semmelfülle, würzt mit Thymian und etwas Majoran und, wenn nötig, noch Salz.

Auſtern-Fülle.

20 bis 25 Auſtern je nach Größe werden ausgelöſt, mit Bröſeln, etwas Peterſilie und Butter geröſtet, aber nur ganz wenig, würzt mit etwas Salz und Muskat und füllt damit eine Geflügelbruſt.

Oder: Ausgelöſte Auſtern werden mit feingeſtoßener Geflügelleber (auch Kalbsleber), Knochenmark, Sardellen, Speck, Peterſilie, Salz, Pfeffer und den Auſternbärten gemiſcht.

Krebs-Fülle.

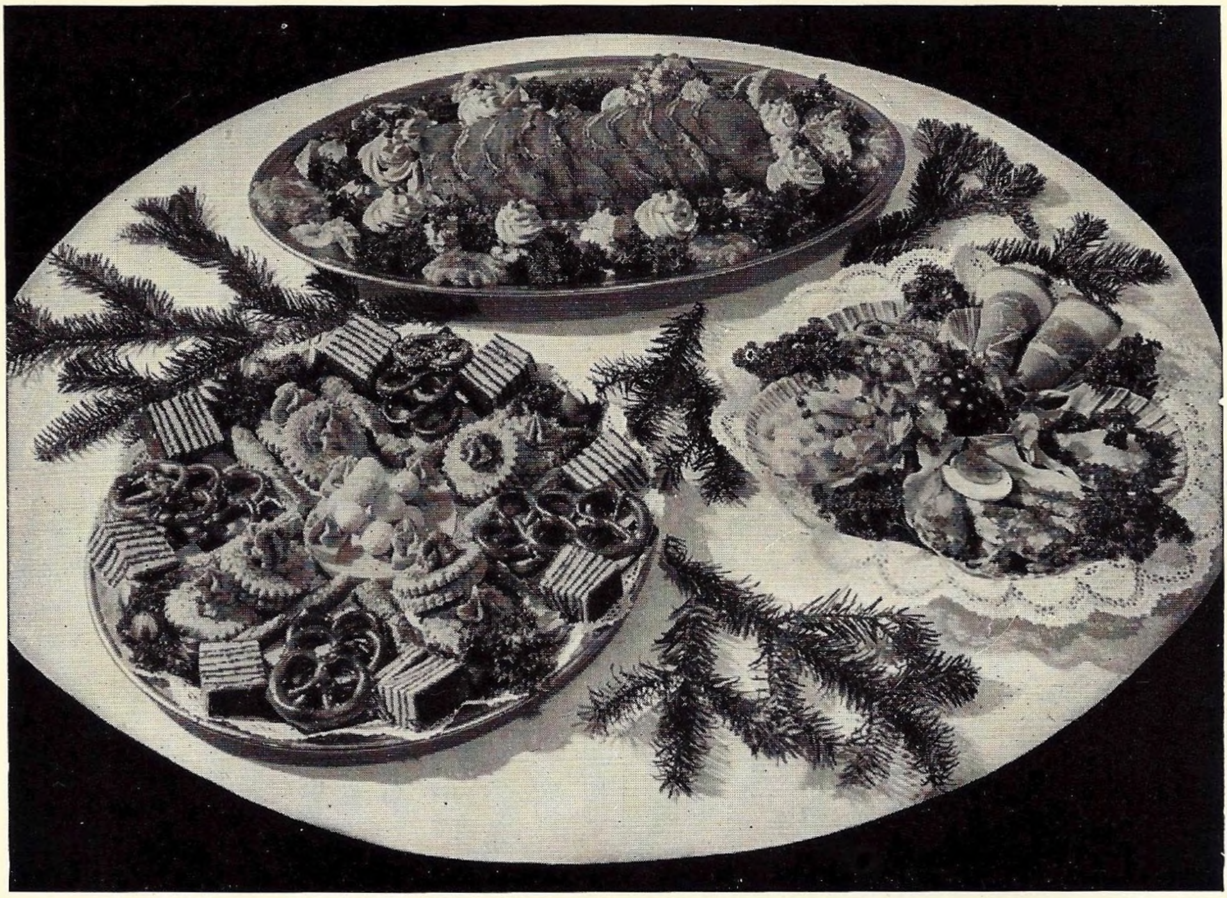
50 Gramm Semmelbröſel röſtet man in Butter braun, löſcht ſie mit Fleiſchbrühe ab und läßt ſie auskühlen. Dann bereitet man Krebsbutter, miſcht die Bröſel und 2 Eigelb dazu, würzt mit Salz und Peterſilie, gibt dazu das kleinwürfelig geſchnittene Fleiſch von 3 bis 4 mittleren Krebſen, 2 Eßlöffel gedünſtete Erbſen und den Schnee der Eiweiß, verrührt alles innig und füllt damit Hühner uſw.

Weinbeerfülle.

25 Gramm Butter rührt man mit 3 Eigelb ab, gibt dazu eine in Milch geweichte und ausgedrückte Semmel, dann Roſinen, Korinthen, geſchnittene Mandeln, Piſtazien und etwas Zucker und verwendet die Fülle zum Füllen des Kropfes von einem Indian. Beim Anrichten kann man mit der in Stücke geſchnittenen Fülle garnieren.

Kaſtanienfülle.

Man ſchält und kocht etwa 1 Kilo Kaſtanien, dünſtet ſie dann in Fleiſchbrühe, der man etwas braunen Zucker beigegeben hat, und füllt damit eine Gans. Nach Geſchmack kann man auch noch einige Roſinen dazu geben.



Oben: **Jagdfrühstückstisch.** Hasenziemer kalt in Sulz mit Garnituren
Unten: **Kalte Küche.** Roastbeefplatte garniert mit russ. Eiern — gefüllte Tomaten — rotes Aspik — Käseplatte — kalte Vorspeisen

Kartoffelfülle.

Rohe Kartoffeln werden geſchält, würfelig geſchnitten, dann mit Butter, Peterſilie, Zwiebeln, Salz und Pfeffer unter fleißigem Aufſchütteln gedünſtet. Hierauf ſchneidet man Bratwürſte, denen man nach dem Braten die Haut abgezogen hat, in Stückchen, miſcht ſie zu den Kartoffeln und füllt damit eine Gans, nachdem die Maſſe erkaltet iſt.

Fülle von Reis.

Man kocht den Reis in gut gewürzter Fleiſchbrühe ziemlich dick ein und gibt, wenn er erkaltet, einige gut geſchälte, in Stücke geſchnittene Äpfel dazu.

Wild

Wenn wir Wild zubereiten wollen, ſo müſſen wir die anders geartete Zuſammenſetzung dieſer Fleiſchart ſowie ſeine Eigentümlichkeiten in der Zubereitung berückſichtigen.

Richtigen Wildbraten herzuſtellen, ſtellt höhere Anforderungen an den Geſchmacksſinn der Hausfrau. — Verwendungs- und Lagerzeit dürfen in keinem Falle unberückſichtigt bleiben. Was muß die Hausfrau darum wiſſen über die Einteilung der drei Gruppen Hochwild, Schwarzwild, niederes Wild? Von Bedeutung iſt die beſtgeeignete Verwendungszeit. Es ſind ganz beſonders bei dem Fleiſch der verſchiedenen Wildgattungen die Richtlinien für die neue Ernährungsweiſe bei der Zubereitung zu berückſichtigen. Dieſe Fragen wollen wir in den nachfolgenden Ausführungen über Wild in allen angeführten Punkten beſprechen.

Vormerkung.

Man teilt das Wild in 3 Gruppen ein: Hochwild (Hirſch und Reh), Schwarzwild (Wildſchwein) und niederes Wild (Haſen und Kaninchen).

Wildfleiſch hat wenig Fett und wenig Waſſergehalt; dafür aber den höchſten Prozentſatz an Eiweiß und Extraktſtoffen, weshalb es beſonders auch für Kranke ſehr wertvoll iſt. Da das Muskelgewebe nicht durch Fett gelockert iſt, muß es länger als das Fleiſch der Schlachttiere abgelagert werden. Den Haſen läßt man unausgenommen, alles übrige Wild ausgenommen im Fell an einem kühlen Orte hängen. Die Zeitdauer richtet ſich nach der Jahreszeit, doch iſt darauf zu achten, daß die Zerſetzung nicht zu weit fortgeſchritten iſt und das Fleiſch keinen üblen Geruch angenommen hat. Stark angeſchoſſenes Wild ſollte beſſer ſofort zubereitet werden. Das Einlegen in Eſſigbeize iſt unter allen Umſtänden zu verwerfen, da dabei der feine Wildgeſchmack verloren geht. Will man das Fleiſch oder einzelne Stücke aufbewahren, ſo lege man ſie in Sauermilch ein, die man nach 2 Tagen erneuern muß. Wild darf nie gewaſchen, und ſoll nur im Notfall (blutige Stücke) mit einem mit Eſſig angefeuchteten Tuch abgerieben werden. Ältere Wildſtücke kann man mit Milch oder Sauermilch zuſetzen, da durch die Verdampfung das Fleiſch ſchneller mürbe wird. Junges Wild wird gleich in reichlich Butter zugeſetzt, darin gedämpft (Wild darf keine Kruſte bekommen!) und mit möglichſt reichlich ſaurem Rahm abgelöſcht und ſehr fleißig übergoſſen.

Markttafel für Wild.

× bedeutet Schonzeit, welche allerdings auch wieder nach verſchiedenen Bezirken verſchieden iſt, oder bei Tieren welche keine Schonzeit haben, jene Zeit, in der der Genuß ihres Fleiſches nicht zu empfehlen iſt.	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	Auguſt	September	Oktober	November	Dezember
Auerhähne	×	×	×				×	×	×	×	×	×
Birkhühner	×	×	×				×	×	×	×	×	×
Faſane		×	×	×	×	×	×	×				
Feldkaninchen			×	×	×							
Gemſen		×	×	×	×	×	×					
Haſen		×	×	×	×	×	×					
Haſelhühner		×	×	×	×	×	×					
Hirſche		×	×	×	×							
Krammetsvögel			×	×	×	×	×	×				
Rebhühner	×	×	×	×	×	×	×					
Rehe, Böcke			×	×	×							
Rohrhühner			×	×	×	×	×					
Schnepfen, Wald-	×	×			×	×	×	×				×
Sumpfſchnepfen (Bekaſſinen)		×	×	×	×	×	×					
Schneehühner		×	×	×	×	×	×					
Steinhühner		×	×	×	×	×	×					
Schwarzwild			×	×	×	×	×	×	×			
Trappen				×	×	×	×	×	×			
Wachteln		×	×	×	×	×	×					
Waſſerhühner			×	×	×	×	×	×				
Wildenten			×	×	×	×						
Wildgänſe			×	×	×	×						
Wildtauben	×	×									×	×

Anmerkung: Rehfleiſch iſt im November, Dezember, wo auch Rehgeißen- und Kitze geſchoſſen werden, am beſten; das des Bockes iſt auch im Juni und Juli ſehr gut.

Das Reh

Es liefert einen beſonders feinen Braten, das Fleiſch iſt außerordentlich zart und ſaftig und braucht daher kürzere Bratezeit als ſonſtiger Wildbraten. Das Reh ſoll 8 bis 10 Tage in der Decke (Fell) hängen. Beim Einkauf achte man darauf, daß das Fleiſch von einem 1- bis 2jährigen Tier ſtammt, und daß es recht feſt iſt. Das beſte Stück iſt der Rücken oder Ziemer, dann folgen die Schlegel oder Hinterläufe, hierauf die Vorderläufe, auch Bug genannt.

Rehſchlegel, gebraten. 1 Rehſchlegel (zirka 3 Kilo), 100 bis 125 Gramm Speck, 2 Eßlöffel Salz, Pfeffer, 150 Gramm Butter, 2 Zwiebeln, 1 Gelbe Rübe, ½ Liter Rahm, ½ Liter Fleiſchbrühe.

Den abgehängten Rehſchlegel abreiben, klopfen und häuten, ohne dabei ins Fleiſch zu ſchneiden, und mit Speckſtreifen in der Richtung wie die Faſern laufen reichlich ſpicken. Salzen und pfeffern und in heißem Fett umdrehen. Mit Zwiebeln und Gelbe Rüben, nach Belieben mit Speckſcheiben 1 bis 1½ Stunden braten. (Auf ½ Kilo Schlegel rechnet man 10 bis 15 Minuten.) Beim Braten muß darauf geachtet werden, daß ſich keine Kruſte auf dem Fleiſch bildet, was durch fleißiges Übergießen und Wenden vermieden wird. Die Soße entfetten und mit ſaurem, verquirltem Rahm ablöſchen oder mit Fleiſchbrühe, in die man angerührtes Stärkemehl einrührt. In erſterem Falle gibt man zum Rehbraten ein Gemüſe wie Roſenkohl, mit Kaſtanien garniert, im letzteren, da die Soße reichlicher iſt, Nudeln, Klöße von rohen oder gekochten Kartoffeln. Beim Anrichten ſchneidet man den Schlegel in ſchöne Scheiben, ſetzt ihn wieder zuſammen und verziert den Röhrenknochen mit einer Papiermanſchette. Die Soße wird durchgeſeiht und beſonders gereicht.

Rehrücken. 2½ Kilo Rehrücken, 1½ Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, 50 Gramm Spickſpeck, 100 bis 125 Gramm Butter, Zwiebeln, Gelbe Rübe, Rahm, Fleiſchbrühe.

Hals und Rippen entfernen, vorſichtig häuten und die längs laufenden Sehnen durchſchneiden. Gleichmäßig ſpicken und mit Salz und Pfeffer beſtreuen. Braten wie Rehſchlegel. Bratezeit ¾ Stunden.

Aufſchneiden und anrichten wie Kalbsrücken. Rehrücken kann man wie Filetbraten mit allerlei Gemüschen umlegen. (Kalt umlegt mit Kapern, Aſpik, Sardellen.)

Rehkoteletten.

Der Rehrücken wird der Länge nach durchgehackt und dann möglichſt dicke Koteletten abgehackt. Dieſe richtet man zu und klopft ſie leicht. Man durchzieht ſie mit feinen Speckſtreifen, wendet ſie nach dem Salzen und Pfeffern in Mehl um und brät ſie in reichlich heißer Butter 6 bis 8 Minuten auf beiden Seiten. Mit Papiermanſchetten verziert, richtet man ſie an und reicht Madeiraſoße dazu, zu deren Herſtellung man die Knochenabfälle verwendet.

Rehkoteletten, paniert.

Die vorgerichteten, nach Belieben in feinem Öl und Kräutern einige Stunden marinierten Koteletten in zerlaſſener, abgekühlter Butter, mit verquirltem Ei und dann in Semmelmehl umwenden und unter Begießen und Wenden in heißer Butter braten. Mit Manſchetten verſehen und einen feinen Pilzbrei oder ein feines Gemüſe dazu geben.

Reh- oder Hirſchkoteletten, auf dem Roſt gebraten.

Zubereitung wie bei Hammelkoteletten.

Reh-Ragout. 1 Kilo Rehfleiſch, ¼ Liter Weineſſig, ¼ Taſſe Waſſer oder Wein, 1 Teelöffel Salz, 2 Pfefferkörner, 1 Zwiebel mit 2 Nelken. Zum Ablöſchen: Beize, Brühe, Wein. Zum Braten: 40 Gramm Fett, 30 Gramm Speck.

Zu Ragout alle Teile verwenden, die ſich nicht zum Braten eignen, alſo: Hals, Bauchlappen, Bruſt und Bug. Letzterer kann auch gebraten werden, darf jedoch nicht ſo lange braten wie Schlegel, da ſonſt das ſehnigere Fleiſch leicht zuſammenſchrumpft und hart wird. Die Stücke in Portionen teilen, in eine Schüſſel legen und, mit einer Beize aus Waſſer, Eſſig, Wein und Gewürzen hergeſtellt, übergießen und 3 bis 4 Tage, bei Fleiſch von älteren Tieren 5 bis 6 Tage, darin liegen laſſen. Nach dem Abtropfen die Stücke in heißem Fett raſch anbraten, das Mehl mitdämpfen oder beſſer vorher gebräuntes Mehl hineinrühren, nach 10 Minuten mit 2 bis 3 Eßlöffel Beize und mit Fleiſch- oder Wurzelbrühe ablöſchen, den Topf zudecken und das Ragout 2 bis 3 Stunden langſam weich ſchmoren. Bei ganz jungen Tieren iſt das Fleiſch in 1 Stunde weich. Vor dem Anrichten das obere Fett abnehmen und das Ragout mit Nudeln, Spätzle oder Klößen anrichten.

Rehſchnitten.

Kleine aus Rücken oder Schlegel geſchnittene Stücke leicht klopfen, mit Salz und Pfeffer beſtreuen und in heißer Butter raſch leicht anbraten, auf paſſende geröſtete Brotſcheiben anrichten und nach Belieben jedes Schnitzel mit 1 Scheibe Gänſeleber belegen. Mit römiſchen Paſtetchen, mit Pilzen gefüllt, und mit Strohkartoffeln verzieren.

Rehleberklöße.

Werden wie feine Leberklöße (ſiehe Seite 200) bereitet, nur gibt man zu der Maſſe 80 Gramm Speck ſtatt Nierenfett.

Rehleber, gedämpft.

Gedämpfte Rehleber gilt beſonders in Jägerkreiſen als Delikateſſe. Sie wird wie Kalbsleber vorgerichtet. In heißer Butter dämpft man feingeſchnittene Zwiebeln gelb, gibt die in Scheiben geſchnittene Leber dazu, dämpft ſie kurz mit und nimmt ſie aus der Pfanne. Nun löſcht man mit brauner Soße, etwas Wein und Zitronenſaft ab, gibt einige Pilze in die Soße, erhitzt die Rehleber darin und würzt ſie kurz vor dem Auftragen.

Hirſchbraten

Das Hirſchfleiſch muß vor allem lange genug abgehängt ſein und darf nicht von einem zu alten Tiere ſtammnen. Man ſchlägt es in ein Eſſigtuch oder läßt es 3 bis 4 Tage in einer Sauermilchbeize ſtehen. Da Hirſchfleiſch nicht leicht zart wird, tut man gut daran, es vor dem Anbraten zu dünſten, indem man es mit heißer Flüſſigkeit beiſetzt, wodurch die Faſern ſich lockern. Nach dem Anbraten muß es ſehr fleißig mit dem Bratenſaft und Rahm begoſſen werden. Hirſchfleiſch muß gut und reichlich geſpickt werden. Es empfiehlt ſich, wie bei allem Wild, bei der zweiten Spickreihe die Nadel immer zwiſchen 2 Speckſtreifen der vorhergehenden Reihe einzuſetzen, wodurch das Fleiſch ſaftiger wird. Als Unterlage des Bratens legt man Speckſcheiben in die Pfanne.

Hirſchkeule.

Eine Hirſchkeule wird ſelten ganz gebraten. Man nimmt entweder die vordere oder die hintere Hälfte der Keule ohne Knochen, klopft ſie, häutet ſie und ſpickt ſie reichlich. Je nach Größe und Alter beträgt die Bratezeit 1½ bis 2 Stunden. Von dem übrigen Teil des Schlegels bereitet man Schnitzel, Wildklöße, Beefſteaks u. a., von den zerhauenen Knochen eine wohlſchmeckende braune Fleiſchbrühe.

Hirſch-Ragout.

Zubereitung wie Rehragout.

Der Haſe

Allgemeines. Beim Einkauf iſt darauf zu achten, daß der Haſe möglichſt jung, aber gut genährt iſt. Junge Haſen haben kleine, ſpitze, weiße Zähne, während die der alten gelblich ausſehen. Die Ohren junger Tiere laſſen ſich leicht einreißen, die Haut zwiſchen den Ohren iſt nicht feſt angewachſen und läßt ſich leicht hin- und herſchieben. Waldhaſen ſchmecken feiner als Feldhaſen (Nahrung). Beim Abziehen des Felles — der Haſe bleibt unausgenommen 3 bis 4 Tage im Fell hängen — hängt man ihn an beiden Hinterläufen ſo auf, daß die Bauchſeite dem Arbeitenden zuſchaut. Zunächſt ritzt man die Haut der Hinterläufe vom Schwanz aus auf, ſchneidet das Fell um die Gelenke herum ab und löſt nun mit der Hand von oben das Fell vorſichtig vom Fleiſch los und zieht es über den ganzen Haſen, ohne es zu zerreißen. Bei den Vorderläufen wird das Fell um die Gelenke losgeſchnitten. Nun zieht man es über den Kopf, wo man es vorher losgeſchnitten hat. Nun wird die Bauchſeite aufgeſchnitten, ſofort das Blut aufgefangen und, mit etwas Eſſig angerührt, aufbewahrt. Die Eingeweide, aus denen man Herz und Leber herausgelöſt hat, werden weggeworfen. Die Nieren nebſt Fett bleiben im Haſen. Das Schlußbein des Rückens wird leicht eingehackt und der Darmausgang entfernt. Der Kopf wird abgeſchnitten, die Augen ausgeſtochen und alle haarigen Teile ſorgfältig entfernt. Kopf und die losgeſchnittenen Bauchlappen ſowie die Vorderläufe, das Herz und die Leber werden für das Ragout in die Beize gelegt. Rücken und Ziemer können beiſammen bleiben und ſo gebraten werden. Beſſer aber trennt man ſie, brät zuerſt die dickeren Hinterläufe und legt erſt nach 10 bis 15 Minuten Bratezeit den Rücken dazu. Das abgezogene Fell wird, wenn es nicht ſofort verkauft wird, mit Stroh oder Holzwolle oder Heu ausgeſtopft und zum Austrocknen in einen kühlen Raum gehängt.

Haſe, gebraten. 1 Haſenziemer und 2 Hinterläufe, 50 bis 60 Gramm Speck, 2 Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, 200 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 1 Gelbe Rübe, ¼ Liter ſaurer Rahm, ¼ Liter Fleiſchbrühe.

Den Haſen häuten, den Rücken in 4 Reihen, die Schlegel ebenfalls ſpicken (wie die Faſern laufen) und mit Salz und Pfeffer beſtreuen. Zuerſt die Hinterläufe in das heiße Fett geben und nach 10 bis 15 Minuten den Rücken, den man an eine weniger der Hitze ausgeſetzte Stelle der Bratpfanne legt. Bei mäßiger Hitze brät man unter fleißigem Begießen den Haſen, belegt ihn nach 30 Minuten mit dickem, ſaurem Rahm und entfettet die Soße, die mit Fleiſchbrühe abgelöſcht wird. In Ermangelung von Rahm rührt man angerührtes Stärkemehl ein. Beim Anrichten löſt man das Fleiſch vom Rückgrat los und teilt dasſelbe in ſchräge Stücke und ſetzt es wieder auf. Die Läufe werden ein- bis zweimal geteilt. Hat man keine Gäſte, ſo kann man auch den Rücken in 4 bis 5 Teile durchhacken und wieder zuſammenſetzen. Die Fleiſch- und Knochenreſte zu Wildſuppe verwerten.

Älterer Haſe, gebraten.

In dieſem Falle brät man den Haſen, wie oben angegeben, an (nach Belieben mit Zwiebeln und Gelbe Rübe), bereitet nach ½ Stunde eine braune Soße und dämpft in dieſer das Fleiſch langſam gar. Die Soße wird entfettet und am beſten mit etwas Madeira gewürzt.

Haſenpfeffer (Ragout) — Rehragout — Hirſchragout.

Dazu verwendet man Kopf, Hals, Bauchlappen, Vorderläufe, Herz und Leber. Dieſelben werden in eine Beize gelegt und bei der Zubereitung mit den Beizzutaten oder ohne dieſe angebraten und wie Rehragout fertig gemacht. Die fertige Soße wird mit dem aufgefangenen, mit Eſſig angerührten Haſenblut — im Notfall mit Schweineblut — gebunden. Schmorzeit 1 bis 2 Stunden je nach Alter des Tieres. Häufig wird die Zubereitung als Ragout allen andern Zubereitungsarten des Haſen vorgezogen und der ganze Haſe als Ragout verwendet. (Haſe im Topf.)

Wildſchwein

Die jungen Tiere bis zu 1 Jahr Friſchlinge genannt, ſind wegen ihres zarten Bratens ſehr beliebt. Sie können wie Reh zubereitet werden. Die bis zu 2 Jahre alten Tiere, Überläufer genannt, weiblich Bache, männlich Keiler, werden meiſtens gedämpft oder vor der Zubereitung in eine Eſſigbeize gelegt, der man zur Würze einige Wacholderbeeren beigibt. Zum Braten verwendet man Rücken, Schlegel und Bug, der Kopf wird meiſt gefüllt.

Wildſchwein, gebraten.

Schlegel oder Rücken im Waſſer gut bürſten, damit der vom Abbrennen der Borſten brandige Geruch gemildert wird. Man kann auch die Haut ablöſen. Mit Salz und Pfeffer einreiben, mit halb Fleiſchbrühe, halb Rotwein, Suppengrün, Zwiebeln, Wacholderbeeren und einigen Nelken aufſetzen und weich dämpfen. Unter fleißigem Übergießen mit brauner Soße glaſieren, beim Anrichten in Scheiben ſchneiden und mit der braunen Soße oder mit einer Cumberland- oder Wildſoße reichen.

Wildſchweinkoteletten.

Aus dem Rücken eines Friſchlings hackt man Koteletten, bereitet ſie wie Schweinskoteletten vor und brät ſie im Zeitraum von 8 bis 10 Minuten auf beiden Seiten in heißem Fett. Man reicht Madeiraſoße oder Cumberlandſoße dazu.

Verwertung von Wildfleiſchreſten.

Wildhaſchee.

Wildbratenreſte fein verwiegen, 1 Zwiebel reiben, in heißem Fett andünſten, mit Mehl röſten, ablöſchen oder mit noch vorhandener entfetteter Wildbratenſoße durchkochen laſſen, das Fleiſch zugeben und auf kleinem Feuer gut heiß werden laſſen, mit Zitronenſaft, Wein (Madeira) ſowie mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Rand von kleinen Kartoffelklößen oder Makkaroni anrichten. Nach Belieben mit Eiervierteln verzieren und gedämpfte Pilze obenauf geben.

Fleiſchkäſe von Wildſchweinreſten. 1 Kilo Wildreſte, 2 Semmeln, 70 Gramm Speck, 50 Gramm Käſe, 50 Gramm Sardellen, 1 Eßlöffel Schalotten, Rührei von 2 bis 3 Eiern, Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel Bratenſoße.

Zwiebeln in Butter dämpfen, Semmeln abreiben, einweichen, ausdrücken und verzupfen, mit den übrigen Zutaten vermiſchen, nach Belieben den Eiſchnee von 2 Eiern durch die Maſſe ziehen und in einer geſtrichenen Form 1 Stunde im Waſſerbad kochen. Nach dem Erkalten ſtürzen und mit Remouladenſoße reichen.

Wildſchnitten.

Zubereitung wie Hirnſchnitten.

Wildſchweinbraten, zweite Art.

Man macht eine Marinade von Rotwein, Zwiebeln, Kerbel, Baſilikum, Wacholderbeeren und anderen Gewürzkörnern, legt Rücken, Keule oder Filet, von denen man die Schwarte gelöſt hat, hinein und läßt es einige Tage darin liegen. Hierauf wird es geſalzen und 2 bis 4 Stunden bei mäßiger Hitze gebraten, wobei man es mit Brühe, Butter, von der Beize und dann auch von dem Abgetropften fleißig begießt. Dann macht man Wildbretſoße, gibt in dieſe den Bratenſaft und einen Schuß Maggi-Würze und garniert den Braten mit kleinen Butterkartoffeln, die man mit feiner Peterſilie überſtreut hat.

Friſchlinge werden nicht gebeizt, auch löſt man ihnen die Schwarte nicht ab, ſondern ſchneidet dieſe nur über Kreuz ein und brät das Fleiſch mit Fleiſchbrühe und Butter.

Wildſchweinſchnitzel nach Jäger Art.

Vom Filet ſchneidet man kleine Schnitzel, klopft ſie, beſtreut ſie mit Salz und Paprika und brät in Butter oder ſaurem Rahm. Sie werden mit hartgekochten Eiern, Eſſiggurken, mit Mayonnaiſe gefüllten Tomaten, Butterkartoffeln, Blumenkohlſalat oder auch ſtatt gefüllter Tomaten nur mit Tomatenſalat garniert.

Wildſchwein-Filetbraten.

Das Filet ſpickt man mit Speck, gibt es in heißes Fett, dem man verſchiedenes Wurzelwerk beigelegt hat, gibt einen Schuß Maggi-Würze dazu und brät unter öfterem Begießen fertig. Man garniert mit in Wein gedämpftem Sauerkraut und mit aus Kartoffelteig Gebackenem.

Wildſchwein gedünſtet.

Das Fleiſchſtück wird in leicht geſalzenem Waſſer überkocht, Schaum und Fett abgenommen. Dann gibt man Rotwein, Sellerie, Zwiebeln, Nelken, Pfefferkörner, Wacholderbeeren, Peterſilienwurzeln, 2 Lorbeerblätter und Baſilikum dazu, deckt es zu und dünſtet es weich. Dann wird die Soße geſeiht und entfettet. Das Fleiſch ſchneidet man dünn auf, übergießt es mit der Soße und garniert mit ganz hell gedünſtetem Sauerkraut.

Wildſchweinkoteletten, zweite Art.

Koteletten von einem Friſchling ſalzt man, läßt ſie einige Stunden liegen und brät ſie in heißem Fett bei ſchneller Hitze, worauf man ſie mit etwas Fleiſchbrühe aufdünſtet und ſie zu Senfſoße reicht. In Zwiebelſoße, gibt man Bratenſaft, 1 Lorbeerblatt, Pfefferkörner und Neugewürz, worauf man es gut verkochen läßt. Dann gibt man 1 Löffel guten Senf, etwas Zitronenſaft und Sardellenbutter dazu und paſſiert die Soße. — Statt Bratenſaft kann man auch Maggi-Würze zur Soße geben.

Beizen für Wildbret

Es ſei gleich vorausgeſchickt, daß folgende beſondere Beizverfahren, wenn auch vielleicht nicht im allgemeinen, ſo doch dann vorzuziehen ſind, wenn es ſchnell gehen ſoll. Die Beize wird kochend gemacht und über das Fleiſch gegoſſen, welches man nun mit der Beize erkalten läßt und dann mit dieſer ſogleich dünſtet.

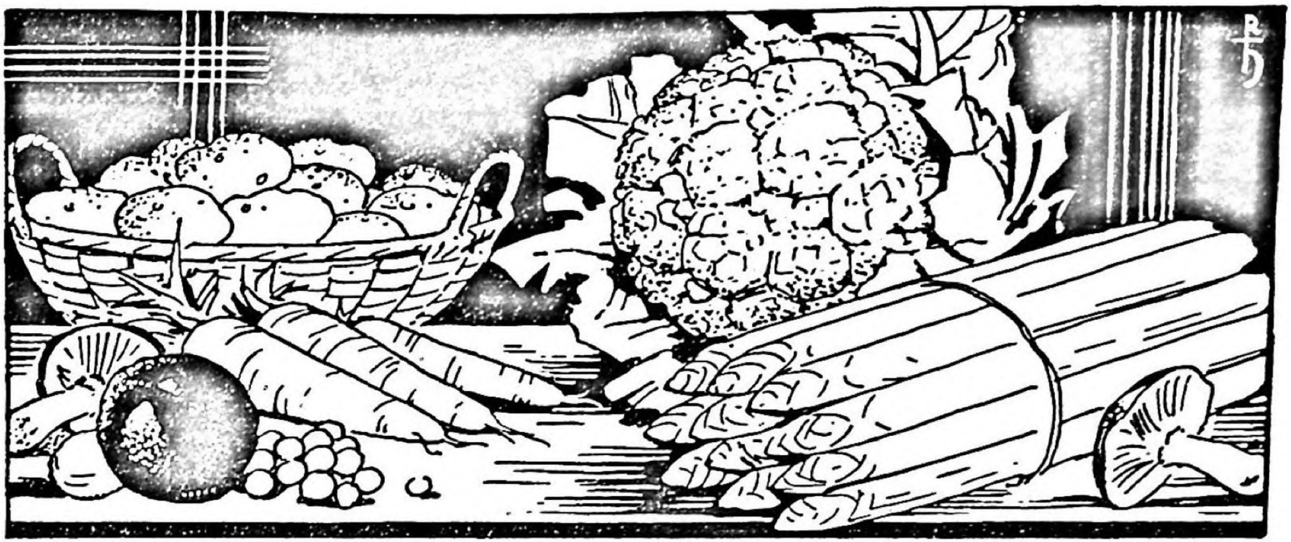
Bei Wildbret iſt es angezeigt, daß man nur ſolches Fleiſch beizt, das zäh iſt und von alten Tieren ſtammt oder auch, wenn das Fleiſch längere Zeit aufbewahrt werden ſoll. Beizt man zartes, junges Fleiſch von Wildbret, ſo verliert dieſes dadurch viel von ſeinem feinen Geſchmack und guten Saft. Will man Fleiſch von Haustieren, z. B. Hammelfleiſch, geſchmacklich dem Wildbret ähnlich machen, ſo beizt man es in der entſprechenden Brühe; dieſe wird noch viel beſſer, wenn man darin noch vorher Wildbretabfälle gekocht hat. Die Beize ſoll öfters, eventuell täglich abgeſchüttet, aufgekocht, erkaltet und wieder über das Fleiſch gegeben werden. In der warmen Jahreszeit, beſonders wenn der Aufbewahrungsort nicht kühl genug iſt, wird es auch nötig, die Beize zu erneuern, wenngleich dadurch auch von der Kraft des Fleiſches verloren geht. Das eingelegte Fleiſch muß von der Beize bedeckt ſein; man beſchwert es daher mit einem Holzdeckel, auf den man, wenn nötig, noch einen Stein legt. Das ganze Geſchirr muß aber außerdem noch zugedeckt werden. Als Beizgeſchirre darf man nur Steingut, glaſierten Ton und Holz verwenden, auf keinen Fall Eiſen- oder ſonſtiges Geſchirr aus Metall. Das Beizfleiſch ſoll nicht extra geſalzen werden, da es ſich ſonſt durchrötet.

Wurzel-Beizen für Wild.

Rotwein, Waſſer und Eſſig miſcht man zu je einem Drittel. Dazu werden gegeben: Eine kleine Sellerie- und Paſtinakwurzel, eine Peterſilienwurzel, eine Zwiebel, Gelbe Rüben, Schalottenzwiebel, alles außer den Schalotten feingeſchnitten, dann noch etwas Lorbeerblatt, ein Sträußchen Thymian, etwas Zitronenſchale, Pfefferkörner, Neugewürz, einige Gewürznelken, bohnengroß Ingwer, einige Wacholderbeeren (Kranebittbeeren), eine Kleinigkeit Rosmarin, Salbei und Baſilikum kann man nach Belieben dazu tun, zuletzt gibt man noch einige Fichten- oder Tannenzweige dazu und kocht alles zuſammen etwa 20 Minuten, läßt erkalten und gibt die Beize über das Fleiſch.

Saure Milch-Beize (für alle Wildarten).

In ſaure Milch (Dickmilch) oder auch ſaure Buttermilch gibt man etwas Nelke oder Lorbeerblatt, dann feingeſchnittene Zwiebeln. Sollte die Milch nicht ſauer genug ſein, ſo fügt man noch einige Tropfen Eſſig dazu.



Gemüſe – Pilze – Kartoffelſpeiſen

Die Gemüſezubereitung, wie ſie die neuzeitliche Ernährungsweiſe vorſchreibt, iſt ein wichtiges Kapitel in der Kochkunſt.

Wir wollen hören warum: Die Richtlinien für neuzeitliche Ernährung verlangen, daß viel Gemüſe in der Küche zur Verwendung gelangt aus geſundheitlichen Gründen, weil die Gemüſe Vitaminträger ſind und auch durch ihren reichen Gehalt an Mineralſalzen hervorragend verdauungsfördernd wirken. Das bedingt, daß die Hausfrau bei der Verwendung folgende Leitſätze zu beachten hat.

Friſche Gemüſe enthalten außer den Hauptbeſtandteilen Waſſer und Zellſtoff in leicht löslicher Form alle Nährſtoffe, wie Eiweiß, Zucker, Stärke, Fett, Nährſalze und Vitamine.

Dieſe Stoffe zu erhalten, muß oberſtes Geſetz beim Kochen der Gemüſe ſein.

Wir wollen anſchließend die Markttafel für Gemüſe beſprechen, ſodann die Kochtechnik beim Kochen, Dünſten und Dämpfen der Gemüſe.

Vormerkung.

Alle Gemüſe müſſen vor der Zubereitung ſorgfältig gereinigt, alle nicht verwendbaren Teile entfernt werden. Die Gemüſe kommen erſt nach nochmaligem Durchwaſchen und Abtropfen zur Zubereitung. Man unterſcheidet verſchiedene Arten der Zubereitung:

1. Das Abkochen in Waſſer oder Dampf. Bei erſterem iſt ſo wenig Waſſer als möglich zu nehmen und das Kochwaſſer zur Bereitung der Einbrenne oder Soße zu verwenden. (Das abgekochte Gemüſe nicht nachſchwenken!) Beim Kochen in Dampf benützt man die im Handel befindlichen vorzüglichen Apparate, deren Anſchaffung zwar etwas teuer iſt, die ſich aber durch Erſparnis an Feuerung bald bezahlt macht. Man richte ſich nach den beigegebenen Vorſchriften.

2. Das Weichdämpfen mit Butter, Salz und möglichſt wenig Waſſer ohne weitere Zutaten.

3. Das Schwenken in Butter nach dem Kochen in Waſſer oder Dampf (Engliſche Art).

4. Das Aufkochen der weichgekochten Gemüſe in einer Einbrenne von Fett, Mehl und Gemüſewaſſer.

5. Das Aufkochen der weichgekochten Gemüſe in einer Bechamel-, Zwiebel- oder Rahmſoße.

Markttafel für Gemüſe.

× bedeutet nicht erhältlich oder nur als Suppenwürze zu verwenden	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	Auguſt	September	Oktober	November	Dezember
Artiſchocken	×	×	×							×	×	×
Bohnenſchoten	×	×	×	×							×	×
Brunnkreſſe					×	×	×	×	×	×	×	×
Erbſen, grüne	×	×	×	×						×	×	×
Kartoffel												
Gurken	×	×									×	×
Karfiol, Blumenkohl												
Kopfſalat	×	×										×
Kohl, Wirſing			×	×								
Roſenkohl					×	×	×	×	×			
Kohlrabi, Kohlrüben												
Weißkraut				×	×	×						
Rot-, Blaukraut				×	×	×	×					
Kürbis	×	×	×	×	×	×					×	×
Meerrettich, Kren												
Möhren, Karotten												
Tomaten												
Rettich		×	×	×								
Rote Rüben, Rannen												
Schwarzwurzeln			×	×	×	×	×	×	×			
Sellerie				×	×	×	×					
Spargel	×	×	×				×	×	×	×	×	×
Spargelbohnen	×	×	×	×	×					×	×	×
Spinat	×	×										
Vögerlſalat, Rapunzel					×	×	×	×	×	×	×	×
Endivienſalat				×	×	×						
Peterſilie												
Schnittlauch, Lauch												

Spinat. (Grundrezept.) 1 Kilo Gemüſe, 2 Liter Waſſer, 20 Gramm Fett, 1 Eßlöffel Salz, 40 Gramm Mehl, ½ Liter Flüſſigkeit (Milch, Fleiſchbrühe oder Abkochwaſſer).

Das Gemüſe putzen, waſchen (2- bis 3mal) und in kochendem Salzwaſſer in offenem Topfe kochen, bis die Rippen weich ſind, abgießen (Waſſer aufheben), ausdrücken und verwiegen oder durch die Fleiſchmaſchine geben. Aus Fett und Mehl eine weiße Einbrenne herſtellen, mit Kochwaſſer, Milch oder Fleiſchbrühe ablöſchen und durchkochen laſſen. Das Gemüſe nebſt Salz (nach Belieben

1 Eßlöffel Semmelbröſel) zu geben und nur noch bis zum Kochen kommen laſſen, da es ſonſt die Farbe verliert, auch Nährwerte einbüßt.

Mangold, Salatgemüſe, Winter-(Grün- oder Braun-)kohl.

Wird auf gleiche Art geputzt und wie Spinat zubereitet. Winterkohl ſoll gefroren ſein.

Spinat (andere Art).

1 Kilo Spinat in 1 Liter kochendem Waſſer weichdämpfen, abſchütten, verwiegen. In 30 Gramm Fett 1 Teelöffel fein geſchnittene Zwiebeln helldünſten, das Gemüſe zugeben und 5 Minuten dämpfen. 20 Gramm Mehl darüberſtäuben und mit Dämpfebrühe ablöſchen. Durchkochen laſſen. Bei dieſer Zubereitungsart bleiben alle wertvollen Nährſtoffe erhalten.

Mangold-Salatgemüſe und Winterkohl, andere Art.

Zubereitung wie Spinat.

Spinat auf italieniſche Art.

Der in Salzwaſſer abgekochte Spinat wird nach dem Abgießen leicht geſchnitten und in einer Kaſſerolle mit einem ziemlich großen Stück Butter vermiſcht, ohne daß er kocht. Die Italiener mengen noch große, in heißem Waſſer gequollene Roſinen darunter.

Spinat in Rahmſoße.

Man miſcht den verwiegten Spinat unter eine Bechamel- oder Rahmſoße oder man ſchwenkt ihn mit einem Stück Butter und gibt ſüßen Rahm darunter. Die Soße muß gut durchkochen, ehe man das Gemüſe dazugibt.

Löwenzahngemüſe.

Wird wie Spinat zubereitet. Man verwendet die erſten, noch gelben Blättchen. Bei Bedarf kann man ihn mit Spinat miſchen.

Sauerampfergemüſe.

Wird wie Spinat zubereitet, wenn man den ſäuerlichen Geſchmack nicht liebt. Man gießt den Saft ab und bereitet die Einbrenne mit Zugabe von Waſſer und Suppenwürze oder Milch.

Rhabarbergemüſe.

Die zarten Blätter wie Spinat zubereiten. Oder: Die erſten zarteſten Blätter in Stücke ſchneiden und in Butter zugedeckt weich dämpfen laſſen.

Frühlingsmus.

Spinat, Salat und Kerbel oder Kerbel und Sauerampfer oder Brenneſſeln u. a. werden mit Rahmzugabe wie Spinat zubereitet.

Mangoldſtiele. ¾ Kilo Mangoldſtiele, 40 Gramm Fett, 60 Gramm Mehl, ½ Liter Flüſſigkeit, Salz (Rahm).

Das Grüne von den Stielen ſtreifen und wie Spinat kochen. Am nächſten Tag die gewaſchenen Stiele in fingerlange Stückchen ſchneiden, aus den angegebenen

Zutaten eine weiße Soße herſtellen und die Stiele darin weich dämpfen. Oder die Stiele in wenig Salzwaſſer weich kochen und in die mit dem Kochwaſſer aufgefüllte Soße geben. Zur Verbeſſerung mit Eigelb abziehen.

Kohlrabigemüſe.

Die zarten Blätter wie Spinat zubereiten und beim Anrichten im Kranz um das weiße Gemüſe geben. Die Knollen (blaue ſind meiſt zarter als weiße) werden ſo geſchält, daß alles Holzige weggeſchnitten wird, dann ſchneidet man ſie in feine Scheiben, kocht ſie in Salzwaſſer weich und gibt ſie in eine weiße Soße (ſiehe Soßen).

Kohlrabi gefüllt.

6 Kohlrabiköpfe mittelgroß werden geſchält, in Salzwaſſer nicht zu weich gekocht, hierauf in der Mitte ausgehöhlt, nicht zu ſtark, damit ſie nicht brechen. Fülle wie zu Hackbraten, nach Belieben etwas gewiegten Schinken untermiſchen. Sodann in einen mit Butter beſtrichenen Tiegel geſetzt und im Bratrohr durchgedünſtet.

Nach Belieben Butterflöckchen darauflegen, mit geriebenem Käſe oder Semmelbröſel beſtreuen und ſie gar dünſten.

Gefüllte Kohlrabi dienen meiſtens zu Garnituren.

Lauch- (Poree) Gemüſe.

Man verwendet dicke, gebleichte Stengel, ſchneidet die abſtehenden, grünen Blätter ab und teilt die Stengel dann in halbfingerlange Stückchen und kocht ſie 5 Minuten in Salzwaſſer. Das Kochwaſſer verwendet man zur Suppe. Die Lauchſtückchen gibt man in eine weiße Soße, die man mit Eigelb und Rahm verbeſſern kann. Oder man kocht die Lauchſtückchen in der Soße weich. Dieſe kann man auch durch längeres Dämpfen des Mehles gelblich werden laſſen.

Lauch, gedämpft.

Die dicken weißen Lauchſtengel, von denen man das Grüne und die Wurzeln weggeſchnitten hat, waſchen, in kochendes Salzwaſſer geben und 3 Minuten kochen laſſen. In einen niedrigen, breiten Topf die Stengel geben, ein ziemlich großes Stück Butter und Bratenſaft dazu und das Gemüſe mit einem (zum Abzug des Dampfes) mit Öffnungen verſehenen Stück Papier zudecken und auf kleinem Feuer 1 Stunde langſam dämpfen laſſen. Auf einer langen Platte die Stengel anrichten und die Soße darübergeben.

Selleriegemüſe.

Wird wie Kohlrabi zubereitet. Nur wird das Gemüſe nicht in Scheiben, ſondern würfelig geſchnitten.

Sellerieſtengel, gedämpft.

Werden wie gedämpfter Lauch zubereitet. Die Stengel müſſen gut gebleicht ſein.

Sellerie, aufgezogen.

4 bis 6 Sellerieknollen, 30 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, ½ Liter Milch, 40 Gramm Käſe, Salz, Muskat.

Mittelgroße Sellerieknollen putzen, in ⅓ Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden und in Salzwaſſer weichkochen. Mit Butter und Mehl eine weiße Soße herſtellen, mit Milch ablöſchen und gut durchkochen. Den Boden einer mit Butter beſtrichenen Auflaufform mit einer dünnen Lage mit Käſe gewürzter Soße bedecken, auf dieſe eine Lage Sellerieſcheiben geben, die man mit Soße bedeckt und ſo fort ſchichtet. Zuletzt Soße und obenauf Käſe mit Butterflöckchen. 1 Stunde im heißen Ofen aufziehen. Die Abkochbrühe zu Suppe verwenden.

Sellerie, gebacken.

Die in Salzwaſſer abgekochten Sellerieſcheiben auf einem Sieb abtropfen laſſen, mit Salz beſtreuen, in Mehl und Ei umwenden (oder in Mehl, Ei und Semmelmehl) und auf beiden Seiten goldgelb backen. Als Zuſpeiſe Mayonnaiſe oder grünen Salat.

Endivien- oder Schikoreegemüſe.

Die geputzten Stauden in Salzwaſſer aufkochen, in eine nicht zu dünne Einbrenne geben und durchkochen laſſen. Oder mit Salz in Butter dämpfen und anrichten.

Endivie oder Schikoree in Butter.

Die Stauden teilen, die dickſten Rippen entfernen, waſchen und in Salzwaſſer abkochen. Vor dem Anrichten mit einem Stück friſcher Butter ſchwenken, bis dieſe zergangen iſt.

Weiße Rüben.

Die Rüben ſchälen, waſchen, in ½ Zentimeter dicke Stifte ſchneiden und in Butter dünſten, Salzen, von Zeit zu Zeit etwas Waſſer oder Brühe nachgießen; 10 Minuten vor dem Anrichten mit Mehl ſtauben oder ein Mehlteiglein, das man mit Milch oder Rahm anrühren kann, darin durchkochen laſſen.

Weiße Rüben auf Pfälzer Art.

350 Gramm Rüben und ¼ Kilo Kartoffeln oder halb Rüben, halb Kartoffeln waſchen, ſchälen, in dünne Scheiben ſchneiden. Dann die Rüben mit kaltem Waſſer beiſtellen und kurze Zeit kochen laſſen. Das Waſſer abſchütten (damit der ſtrenge Geſchmack gemildert wird) und mit friſchem Waſſer aufſetzen. Wenn die Rüben halb gar ſind, gibt man die Kartoffelſcheiben dazu und läßt beides zuſammen garkochen. Unterdeſſen läßt man 50 Gramm Fett heiß werden, gibt 1 Eßlöffel Zucker dazu und läßt dieſen gelblich werden. Dann dünſtet man 60 Gramm Mehl mit, bis die Einbrenne anfängt, bräunlich zu werden. Man füllt nun Waſſer oder Brühe auf, kocht recht gut durch und gibt nun die unterdeſſen abgeſchütteten und durch ein Sieb getriebenen Rüben und Kartoffeln in die Einbrenne, läßt alles zuſammen durchkochen, ſalzt und gibt das Gericht zu grünem (friſch gekochtem) Schweinefleiſch.

Rote-Rübengemüſe.

Man bereitet es wie Blaukraut oder kocht die Rüben ab, ſchält ſie, ſchneidet ſie in Scheiben und gibt ſie in eine mit Milch oder Rotwein aufgefüllte Einbrenne, ſalzt und läßt ſie darin ¼ Stunde kochen.

Grüne Erbſen. ½ Kilo enthülſte Erbſen (1½ Kilo mit Schoten), 30 Gramm Butter, ½ Eßlöffel Salz, Pfeffer, ½ Teelöffel Zucker, 1 Teelöffel Mehl, Fleiſchbrühe oder Waſſer, gehackte Peterſilie.

Die gewaſchenen Erbſen in friſcher erhitzter Butter dämpfen, wenn ſie gar ſind mit Mehl ſtauben, Waſſer oder Brühe zugeben, mit Salz und Pfeffer und ½ Teelöffel Zucker und Peterſilie würzen. Die leeren Schoten verwendet man zur Suppe oder trocknet ſie, bewahrt ſie in Mullſäckchen luftig auf und gibt ſie zur Würze von Fleiſchſuppe.

Zweite Art.

Die enthülſten Erbſen in Salzwaſſer abkochen und in friſcher Butter ſchwenken.

Dritte Art (Süddeutſch).

Die enthülſten Erbſen in Salzwaſſer kochen und in eine unterdeſſen bereitete helle Einbrenne geben, in der man verwiegte Peterſilie kurz mitgekocht hat. Nach Belieben mit ſaurem verquirltem Rahm abziehen.

Zuckererbſen. ¾ Kilo Zuckererbſen, 40 Gramm Butter, Salz, Pfeffer, 1 Teelöffel gewiegte Peterſilie und Zwiebeln, Fleiſchbrühe.

Die Schotenſpitzen abſchneiden, die Fäden abziehen, waſchen und abtropfen laſſen. Zwiebeln in Butter dämpfen, die Schoten mit Gewürz und wenig Fleiſchbrühe zugeben und langſam weich dämpfen. Von Zeit zu Zeit Fleiſchbrühe oder Waſſer nachgießen. Nach Belieben 1 Teelöffel angerührtes Stärkemehl zum Binden einrühren.

Grüne Erbſen mit Karotten.

Die enthülſten Erbſen und die in kleine Würfel geſchnittenen Karotten werden in Butter und etwas Salzwaſſer weichgedämpft. Man gibt ſie in eine nach Belieben mit Rahm verbeſſerte Einbrenne und ſtreut vor dem Anrichten fein verwiegte Peterſilie darüber.

Gelbe Rüben oder Karotten (junge). ¾ Kilo junge Karotten, 30 Gramm Fett, 1 Teelöffel Salz, ¼ Teelöffel Zucker, 1 Teelöffel Mehl, Brühe.

Die Karotten werden geſchabt oder in einem Tuch mit Salz beſtreut und ſo lange gerieben, bis die Haut entfernt iſt. In heißem Fett (Butter) dämpft man die kleinen ganzen Karotten unter Zugabe von Salz und Zucker und gibt nach 10 Minuten etwas Fleiſchbrühe zu. Das Gemüſe muß im geſchloſſenen Topfe ungefähr ½ Stunde langſam dämpfen. 10 Minuten vor dem Anrichten ſtäubt man das Mehl darüber und beſtreut zuletzt das Gemüſe mit feingewiegter Peterſilie.

Karotten mit Spargel.

Die Spargel putzen und in 2 Zentimeter lange Stückchen ſchneiden, die Karotten ſchaben oder mit Salz reiben und in ähnlich große Stückchen ſchneiden.

Beide Gemüſe in einer Butterſoße weichdämpfen. Als Zuſpeiſe zu Braten oder Pfannkuchen reichen.

Gelbe Rüben oder Karotten als Wintergemüſe.

Alte Gelbe Rüben bereitet man wie junge zu, nur mit dem Unterſchied, daß man ihnen durch kurzes Aufkochen in Salzwaſſer den ſtrengen Geſchmack nimmt. Das Kochwaſſer wird weggeſchüttet. Wenn ſie abgetropft ſind, dämpft man ſie in Butter oder gibt ſie in die Butterſoße. Da ſich die Haut alter Gelbe Rüben oft ſchwer ſchaben läßt, überbrüht man ſie nach dem Waſchen mit kochendem Waſſer und zieht dann die Haut ab und ſchneidet ſie mit dem Meſſer. Jüngere laſſen ſich am beſten mit den Spezial-Karottenſchneidern ſchneiden.

Gelbe, Weiße, Teltower oder Bayeriſche Rüben, braun.

Man wäſcht und ſchabt die Rüben, ſchneidet ſie in Stifte (Teltower und Karotten läßt man ganz). Zu ½ Kilo Rüben 30 Gramm Fett und 2 Teelöffel Zucker läßt man zergehen und bräunen, löſcht mit Brühe ab und läßt dieſe etwas einkochen. Dann gibt man die Rübchen zu und läßt ſie unter vorſichtigem Schütteln glaſieren. Nach Belieben kann man zuletzt etwas Bratenſaft zugeben. Man verwendet ſie beſonders zum Garnieren von Braten und Puddings.

Zubereitung von Kaſtanien.

Die von der äußeren Schale befreiten Kaſtanien gibt man in einen Topf und ſo viel Waſſer darauf, bis ſie damit bedeckt ſind, läßt die Früchte aufkochen, wodurch das Waſſer braun und bitter wird, gießt es dann ab, gibt wieder Waſſer, aber weniger als zuerſt darauf, ein wenig Salz und Kümmel und läßt ſie kochen, bis ſich das dünne Häutchen abziehen läßt. Wenn ſie zu Tee gegeben oder ſüßen Speiſen verwendet werden ſollen, ſo kocht man ſie in Zuckerwaſſer mit Anis oder Vanille. Für Fleiſchſpeiſen beſtimmte Früchte überdünſtet man, nachdem man ihnen das Häutchen abgezogen hat, mit ein wenig Butter und Suppe.

Wildſuppe oder -Haſchee mit Kaſtanien.

200 Gramm Kaſtanien werden gekocht und dann paſſiert. Etwas Zwiebeln und Mehl dünſtet man in heißem Bratenfett, gibt die paſſierten Früchte dazu, kocht ſie mit Suppe, die man von gebratenem Wild bereitet hat, paſſiert das Ganze noch einmal und gibt dann fein geſchnittenes Wildfleiſch hinzu.

Kaſtanienpüree.

Geſchälte, gekochte Früchte werden paſſiert, dann in heiße Butter gegeben und ein wenig geröſtet, wobei man einige Tropfen Wein dazu gibt. Man gibt dies zu Koteletten oder Wild.

Kaſtanien, glaſiert. 375 Gramm Kaſtanien, 50 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 1 Eßlöffel Zucker, 6 bis 7 Eßlöffel Bratenſaft.

In einem niederen, breiten Topfe läßt man den Zucker in heißer Butter gelb röſten, gibt die zweimal geſchälten Kaſtanien zu nebſt etwas Bratenſaft und läßt ſie weich dämpfen. Die Kaſtanien ſollen nebeneinander, nicht übereinander liegen, und wenn ſie weich ſind, glänzen. Als Garnitur für Braten. (Gans, Schweinebraten.)

Kaſtaniengemüſe. 1 Kilo Kaſtanien, 1 Liter Fleiſchbrühe, 50 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, ¼ Taſſe Milch.

Die zweimal geſchälten Kaſtanien mit der Fleiſchbrühe weichkochen und nach Belieben durch die Preſſe drücken oder zu Mus verrühren. Dann erhitzt man ſie unter Zugabe von Salz, Milch und Butter und rührt ſie glatt.

Kaſtanien, gedämpft. 1 Kilo Kaſtanien, 40 Gramm Butter, 1 Teelöffel Zucker, ½ Liter Fleiſchbrühe, 1 Teelöffel Salz.

Am beſten eignen ſich dazu die italieniſchen, Maronen genannt. Sie werden mit einem ſcharfen Meſſer von der feſten braunen Schale befreit, dann nach Eintauchen in kochendem Waſſer oder kurzem Erhitzen im Ofen auf einem heißen Backblech auch von der zweiten weißlichen Schale. Man legt ſie — am beſten über Nacht — in kaltes Waſſer. Bei der Zubereitung läßt man in einem glaſierten Topfe die Butter heiß werden, gibt den Zucker dazu und läßt ihn bräunlich werden. Dann gießt man Fleiſchbrühe zu und läßt die Kaſtanien auf kleinem Feuer langſam dämpfen. (Dämpfzeit etwa 1½ Stunden.) Wenn nötig, manchmal etwas Fleiſchbrühe nachgießen. Die Kaſtanien dürfen nicht zerfallen. Sie dienen zuſammen mit Roſenkohl, Rot- oder Sauerkraut als Zuſpeiſe zu Braten.

Roſenkohl. 1 Kilo Roſenkohl, 1½ Liter Waſſer, Salz, 30 Gramm Butter, 40 Gramm Mehl, ½ Liter Brühe.

Man nimmt die welken Blätter von den Röschen und kocht dieſe in Salzwaſſer im offenen Topfe oder im Dampf weich. Von Butter, Mehl und Brühe ſtellt man eine helle Soße her, gibt die abgeſchütteten Röschen hinein und läßt ſie noch 5 Minuten dämpfen.

Roſenkohl, andere Art.

Die abgekochten Röschen ſchwenkt man mit einem Stück Butter gut durch, bis die Butter zergangen iſt. Man gibt Kaſtanien dazu und garniert ſie um den Braten.

Blumenkohl. Blumenkohl (¾ bis 1 Kilo), 50 Gramm Butter, 70 Gramm Mehl, ½ bis ¾ Liter Brühe, 1 Teelöffel Salz (1 Eigelb, Rahm).

Der Blumenkohl ſoll möglichſt feſt geſchloſſen und weiß ſein. Beim Putzen die grünen Blätter und einen Teil des Strunkes wegſchneiden und den Blumenkohl in ſtark geſalzenes, kaltes Waſſer legen, wodurch etwa vorhandene Raupen aus der Blume kommen und entfernt werden können. Hierauf den Blumenkohl in Dampf (Kartoffeldämpfer) oder in Salzwaſſer weichkochen, dem man etwas Milch zugibt, da er dann weiß bleibt, und zum Verbeſſern ein Stückchen Butter. Das Waſſer darf nur langſam kochen. Unterdeſſen eine nicht zu dünne, weiße Butterſoße herſtellen, gut durchkochen laſſen und nach Belieben mit Eigelb und ſaurem Rahm abziehen. Beim Anrichten den Blumenkohl mit etwas Soße (oder brauner Butter) übergießen und die Soße beſonders dazu reichen. Man kann die Abfälle mit dem Blumenkohl kochen. Das übrige Abkochwaſſer zur Suppe verwenden.

Blumenkohl, andere Art.

Der Blumenkohl wird, wie oben angegeben, gekocht und auf einer tiefen Platte angerichtet, mit geriebenem Parmeſankäſe beſtreut und mit heißer Butter übergoſſen.

Blumenkohl gebacken. Blumenkohl von etwa ¾ bis 1 Kilo, 1½ bis 2 Liter Waſſer, Salz, Milch. Zur Soße: 40 Gramm Butter, 60 Gramm Mehl, ½ Liter Brühe, 1 Teelöffel Salz, Priſe Muskat, 1 bis 2 Eigelb, 3 bis 4 Eßlöffel Rahm, 3 Eßlöffel Käſe, Butterflöckchen.

Vorrichten und Abkochen wie oben. Eine ziemlich dicke Butterſoße herſtellen, würzen und gut durchkochen laſſen, zuletzt mit Eigelb und Rahm abziehen. Den abgekühlten Blumenkohl in eine vorbereitete Auflaufform oder auf eine feuerfeſte Platte geben, mit der Soße übergießen, mit geriebenem Parmeſankäſe und Semmelmehl beſtreuen, mit Butterflöckchen belegen. 40 Minuten im heißen Bratofen überbacken.

Blumenkohl, in Ausbackteig. Zum Teig: 125 Gramm Mehl, Priſe Salz, 1/5 Liter Wein, 1/10 Liter Olivenöl, 2 Eiweiß, Backfett.

Den geputzten, in einzelne Röschen geteilten Blumenkohl in Salzwaſſer halbweich kochen, abtropfen laſſen, in Ausbackteig umwenden und ſchwimmend in heißem Backfett goldgelb backen. Als Garnitur zu Braten verwenden.

Spargel.

Die Spargel ſollen möglichſt friſch geſtochen ſein, da ſie durch das Liegen bitter werden. Die Köpfe ſollen weiß und dick und die Stiele nicht dünn oder allzu dick ſein. Die gewaſchenen Spargel werden vom Köpfchen aus geſchält, vom holzigen Ende befreit und im Spargelkocher oder in Ermangelung eines ſolchen in einem langen Topfe in Salzwaſſer nicht zu weich gekocht. In letzterem Falle bindet man die Spargel mit Bindfaden zu Portionsbüſcheln zuſammen. Am unteren Ende ſchneidet man ſie vorher gleichmäßig ab. Die geputzten, abgeſchnittenen Enden verwendet man mit dem übrigen Kochwaſſer zu Spargelſuppe. Beim Anrichten nimmt man die Spargel vorſichtig aus dem Topfe, entfernt die Fäden und legt die Spargel mit den Köpfchen nach der gleichen Richtung auf eine Platte. Man reicht geklärte friſche oder Schaumbutter oder eine Butter- oder Holländiſche Soße dazu.

Iſt man gezwungen, rohen Spargel 1 oder 2 Tage aufzubewahren, ſo gräbt man ihn am beſten in angefeuchteten Sand ein oder ſchlägt ihn in ein feuchtes Tuch, ohne ihn zu waſchen. Die Spargelſchalen werden in der Sonne oder im offenen abgekühlten Backofen getrocknet und luftig, in Säckchen hängend, aufbewahrt. Im Winter ergeben ſie eine gute Beigabe zur Fleiſchbrühe.

Spargelgemüſe.

Dazu verwendet man die weniger ſchönen und dünneren Spargel, die nach dem Putzen in etwa 4 Zentimeter lange Stücke geſchnitten und in leicht geſalzenem Waſſer weichgekocht werden. In einem glaſierten Topf ſtellt man eine Butterſoße wie für Blumenkohl her, die man mit dem Spargelkochwaſſer ablöſcht. Zum Verbeſſern zieht man die Soße mit Eigelb und Rahm ab und richtet das Gemüſe in einem Reisrand an, den man nach Belieben mit gehacktem Schinken beſtreut.

Spargelſalat. (Siehe Salate.)

Schwarzwurzeln.

Allgemeines über Einkauf und Vorrichten.

Die einjährigen Schwarzwurzeln ſchmecken feiner als die zweijährigen; doch ſind letztere ausgiebiger und leichter zu putzen. Man achte darauf, daß nicht nur die im Bündel außen liegenden, ſondern auch die inneren lang und nicht verkrüppelt ſind. Beim Vorrichten rührt man in einer Schüſſel 2 Eßlöffel Mehl mit ebenſoviel Eſſig glatt, gibt das nötige Waſſer dazu, das die geputzten Schwarzwurzeln bedecken ſoll. Der Eſſig verhindert das Verfärben der Schwarzwurzeln. Dieſe werden nun gewaſchen, wenn nötig gebürſtet, mit nicht zu ſcharfem Meſſer (Meſſerrücken) geſchabt und in halbfingerlange Streifen geſchnitten. Dieſelben ſchneidet man je nach Dicke der Wurzeln der Länge nach noch ein- bis zweimal durch und legt ſie ſofort in das vorgerichtete Eſſigwaſſer.

Schwarzwurzeln mit Butterſoße.

Die ſo vorgerichteten, abgewaſchenen Schwarzwurzeln gibt man in eine mit Waſſer oder Fleiſchbrühe hergeſtellte Butterſoße und läßt ſie darin weichdämpfen. (Dämpfzeit je nach dem Alter des Gemüſes 1½ bis 3 Stunden.) Zum Verbeſſern zieht man die Soße mit Eigelb und Rahm ab.

Schwarzwurzeln, andere Art.

Muß man die Schwarzwurzeln aus Zeitmangel raſcher zubereiten, ſo gibt man ſie aus dem Eſſigwaſſer nach dem Abwaſchen in leicht geſalzenes kochendes Waſſer und läßt ſie darin weich werden. Unterdeſſen bereitet man eine mit Abkochwaſſer abgelöſchte Butterſoße und gibt die Schwarzwurzeln mit dem Schaumlöffel hinein. Verbeſſern mit Ei und Rahm. Auf dieſe Weiſe verliert das Gemüſe aber an Nährwert, da nicht alles Kochwaſſer dazu verwendet werden kann. Doch läßt ſich das übrige Kochwaſſer auch zu Suppen gebrauchen.

Schwarzwurzeln mit heißer Butter.

Die in Salzwaſſer abgekochten Schwarzwurzeln werden nach dem Abtropfen in heißer Butter und geriebenem Parmeſankäſe geſchwenkt und aufgetragen.

Schwarzwurzeln, aufgezogen.

Zubereitung nach dem Vorrichten wie gebackener Blumenkohl.

Bohnen, kleine grüne. ¾ Kilo Bohnen, 40 Gramm Butter, ¼ Liter Fleiſchbrühe, Salz, Pfeffer (1 Stengel Bohnenkraut), 1 kleine Zwiebel.

Man nimmt dazu kleine Prinzeßbohnen, die keine Fäden haben, ſchneidet die Spitzen weg, wäſcht ſie und kocht ſie in wenig Salzwaſſer ab. Dann gibt man ſie in erhitzte Butter, dämpft ſie kurz durch, gießt Koch- oder Fleiſchbrühe daran und würzt mit den angegebenen Zutaten. Nach Belieben ½ Teelöffel Mehl darüberſtäuben und mitdämpfen. Bohnenkraut entfernen und anrichten. Auf dieſelbe Art kann man auch größere geſchnittene Bohnen zubereiten.

Bohnen, grüne, andere Art. ¾ Kilo Bohnen, 30 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, ½ Liter Brühe, Salz, Pfeffer, Bohnenkraut, 1 kleine Zwiebel.

Die Bohnen, am beſten große, flache Schwertbohnen oder dicke Speckbohnen mit kleinen Kernen, werden von Spitzen und Fäden befreit und in halbfingerlange Stücke geſchnitten, gebrochen oder fein geſchnitzelt. Von Butter, Zwiebeln und Mehl bereitet man eine gelbliche Soße, die man mit Fleiſch- oder Wurzelbrühe aufgefüllt hat, würzt und dämpft die Bohnen darin weich. Mit Rahm verbeſſern.

Bohnen, grüne, dritte Art.

Um gleichzeitig ein Gericht für den nächſten Tag herſtellen zu können, nimmt man eine größere Menge Bohnen, putzt ſie, ſchneidet ſie fein und kocht ſie in Salzwaſſer nicht zu weich. Den zum Gemüſe benötigten Teil gibt man in eine vorher bereitete Butterſoße oder ſchwenkt ſie in heißer Butter und Peterſilie. Den Reſt verwendet man abends oder am nächſten Tag zu Bohnenſalat, bereitet ihn aber ſofort zu, damit die Zutaten gut eindringen können. (Bohnenſalat ſiehe Salate.)

Salzbohnen mit weißen Bohnen.

Die Bohnenkerne werden am beſten abends vorher in wenig Waſſer eingeweicht, mit dem Einweichwaſſer am nächſten Tag beigeſtellt und weichgekocht. Hierauf gibt man ſie zum Abtropfen auf ein Sieb und dann in heißes Fett, in welchem man eine feingeſchnittene Zwiebel gelb gedämpft hat, gibt Fleiſchbrühe zu und dämpft ſie unter öfterem Schütteln noch 10 Minuten. Man garniert ſie mit einem Kranz von weißen Bohnen, die man gleichzeitig kocht. Letztere werden abends vorher eingeweicht, mit friſchem Waſſer beigeſtellt und, wenn dieſes kocht, abgeſchüttet. Mit heißem Waſſer und Butter läßt man ſie auf kleinem Feuer weichdämpfen. Sie dürfen nicht zerfallen. Vor dem Anrichten würzt man mit Salz.

Bohnen, grüne, mit Milch. ¾ Kilo Bohnen, ¾ Liter Milch (Rahm), (1 Ei), 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 30 bis 40 Gramm Butter, 40 bis 50 Gramm Mehl, 1 Teelöffel Peterſilie.

Mit Butter, Mehl und Rahm oder Milch bereitet man eine runde Soße, gibt die in Salzwaſſer gekochten oder gedämpften Bohnen hinein, rührt das Ei vorſichtig mit Zitronenſaft und etwas Kochwaſſer an und miſcht es ſorgfältig unter das Gemüſe. Man kann das Ei auch weglaſſen.

Weißkraut oder Wirſing, erſte Art. Krautkopf, 30 bis 50 Gramm Butter, Salz.

Das Gemüſe putzen und waſchen, die äußeren Blätter wegnehmen, die inneren auseinanderbiegen, den Kopf zum Herausziehen der Raupen in ſtark geſalzenes Waſſer einlegen. Butterſtückchen und Salz zwiſchen die Blätter geben und das Gemüſe im Dampf weich kochen.

Weißkraut oder Wirſing auf ſüddeutſche Art. 1 Kilo Kraut, Kochwaſſer, Salz, 30 Gramm Fett, 1 Eßlöffel Mehl, 1 kleine Zwiebel.

Man kann bei dieſer Zubereitungsart nur die zarten Blätter verwenden. Beim

Putzen nimmt man daher alle dunklen Blätter weg und ſchneidet aus den übrigen die dicken Rippen ab. In wenig kochendes Salzwaſſer (auf 1 Kilo Kraut ½ bis ¾ Liter Waſſer) drückt man das Gemüſe ein und läßt es unter öfterem Wenden weich werden. Wenn ſich die Rippen leicht zwiſchen den Fingern zerdrücken laſſen, ſchüttet man das Gemüſe in ein über einer Schüſſel ſtehendes Sieb und ſchneidet es nach dem Abkühlen nach Belieben feiner oder gröber. Man kann es auch durch die Maſchine geben, doch ſchmeckt es gröber gehackt oder gewiegt kräftiger. In dem heißen Fett dünſtet man die Zwiebeln gelblich und dämpft das Mehl mit. Nach dem Auffüllen und Durchkochen mit Kochwaſſer oder Fleiſchbrühe gibt man das Gemüſe zu und läßt es unter Umrühren heiß werden. Zum Verbeſſern Rahm einrühren.

Kümmelkraut.

Man bereitet es wie Weißkraut und gibt 1 Eßlöffel Kümmel zu.

Wirſing oder Weißkraut, gedämpft.

Das Kraut wird wie Kopfſalat geputzt oder nach dem Entfernen der welken Blätter und harten Rippen in mehrere Stücke geteilt, die man in geſchloſſenem Topfe mit Butter, Salz und Waſſer oder Brühe weichkocht. 15 Minuten vor dem Anrichten bindet man die Soße mit einem Mehlteiglein aus 1 Eßlöffel Mehl, das man mit Waſſer oder Rahm anrührt.

Bayeriſch Kraut.

Man hobelt oder ſchneidet das geputzte Weißkraut feinnudelig, dünſtet feingewiegte Zwiebeln in 30 bis 50 Gramm Fett oder halb Fett und halb Butter weich und gibt das Kraut nebſt ⅛ bis ¼ Liter Wein oder verdünntem Eſſig und etwas Waſſer und Salz bei. 10 Minuten vor dem Anrichten ſtäubt man es mit 1 Eßlöffel Mehl und kocht es durch.

Krautpudding, Krautwickel (ſiehe Eintopfgerichte).

Blaukraut (Rotkohl). 40 Gramm Fett, etwas Zucker, 2—3 Äpfel, 1 Zwiebel, 1 Kilo Blaukraut, Eſſig je nach Schärfe, Salz, ¼ Liter Flüſſigkeit, 20 Gramm Mehl, zur Verbeſſerung Wein und Zucker.

Zucker im Fett wenig bräunen, Zwiebel und Äpfelſcheiben zugeben, gleichzeitig das gehobelte Blaukraut, miſchen, ſofort etwas Eſſig darüber gießen, damit das Kraut eine ſchöne Farbe bekommt, etwas Flüſſigkeit nachgeben, 1½ bis 2 Stunden dämpfen laſſen, dann mit Mehl ſtauben, wieder aufgießen, durchkochen und je nach Geſchmack noch mit Wein oder Zucker abſchmecken. Einen beſonders feinen Geſchmack gibt der Saft von Zuckereſſigfrüchten. Zu Rotkraut gibt man gerne gedünſtete Kaſtanien.

Sauerkraut.

½ bis ¾ Kilo Sauerkraut werden gewaſchen und abgetropft, in Salzwaſſer weichgekocht und zuletzt mit einer mit feingeſchnittenen Zwiebeln hergeſtellten Einbrenne verrührt und durchgekocht. Legt man auf das Kraut vor dem Zudecken ein Stück weißes Papier, ſo bleibt es weiß.

Sauerkraut, andere Art. ¾ Kilo Sauerkraut, 30 bis 40 Gramm Schweine- oder Gänſefett, 1 kleine Zwiebel, 1 bis 2 Äpfel (Wein).

In einem glaſierten Topfe das Fett heiß werden und die feingeſchnittenen Zwiebeln glaſig werden laſſen. Dann gibt man das Kraut und die Äpfel zu und läßt es zugedeckt 1 Stunde dämpfen. Nach Belieben gibt man ½ Stunde vor dem Anrichten eine roh geriebene Kartoffel oder 1 Eßlöffel Mehl zum Binden zu.

Sauerkraut mit Champagner. (Zu Rebhühnern.)

1 Kilo Sauerkraut bereitet man wie vorſtehend und begießt es kurz vor dem Anrichten mit ½ Flaſche Champagner, gibt es auf die ſehr heiße Platte. Das Kraut darf nach Zugabe des Champagners nicht mehr kochen.

Zwiebeln, glaſiert. ½ Kilo kleine gleichmäßige Zwiebeln, Abkochwaſſer, 50 bis 70 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Grießzucker, 4 bis 5 Eßlöffel Bratenſaft oder Fleiſchbrühe.

Die Zwiebeln ſchälen, mit kaltem Waſſer aufſetzen und, ſobald das Waſſer kocht, zum Abtropfen auf ein Sieb geben. In einem möglichſt niederen breiten Topfe dünſtet man die Zwiebeln in heißer Butter unter öfterem Schütteln gelb. Sodann ſtreut man den Zucker darüber und läßt ihn ebenfalls braun werden, gießt das überflüſſige Fett ab, gibt Bratenſaft oder ſehr kräftige Fleiſchbrühe und das nötige Salz daran und dämpft in der Soße die Zwiebeln, die möglichſt nebeneinander liegen ſollen, vorſichtig weich. Man umlegt ſie im Kranz um einen Braten.

Zwiebelgemüſe. ¾ Kilo Zwiebeln, 40 Gramm Fett, 5 trockene Semmeln, 1 bis 2 Eier, ½ Liter Fleiſchbrühe, Salz, Muskat.

Die Zwiebeln fein ſchneiden und in heißem Fett gelb dämpfen; die eingeweichten ausgedrückten Semmeln mitdämpfen. Hierauf 1 oder 2 verquirlte Eier, Salz und wenig Muskat hineinmiſchen und das Gemüſe im Backofen ¾ Stunden aufziehen laſſen. Als Beilage zu Ochſenfleiſch reichen.

Zwiebeln, gefüllt. 12 große Zwiebeln, 1½ Liter Waſſer, 1½ Eßlöffel Salz, 3 Semmeln, 1 Ei, 1 Eßlöffel gedämpfte Peterſilie, 30 Gramm Käſe, 40 Gramm Butter, 1 bis 2 Eßlöffel ſaurer Rahm.

Die Zwiebeln ſchälen, ein Deckelchen abſchneiden und das Innere mit einem Kartoffelbohrer vorſichtig ausbohren und in kochendem Salzwaſſer halbweich kochen. Zum Abtropfen auf ein Sieb geben und mit folgender Fülle füllen: Die trockenen Semmeln abreiben, einweichen, ausdrücken und verzupfen und mit Ei, Salz und Pfeffer, Muskat und Peterſilie, nach Belieben mit geriebenem Käſe vermengen. Einfüllen und die Zwiebeln in eine mit Butter beſtrichene Bratpfanne ſetzen, die Deckelchen darauf legen, mit Butter beträufeln und den ſauren Rahm darübergeben. Im heißen Backofen ſollen die Zwiebeln eine ſchöne bräunliche Farbe bekommen. Zu Kartoffelbrei mit Tomatenſoße reichen.

Linſengemüſe. 375 bis 500 Gramm Linſen, 1 Liter Waſſer, 30 bis 50 Gramm Fett, 50 Gramm Mehl, ½ kleine Zwiebel, ¼ Liter Fleiſchbrühe, 1 Eßlöffel Eſſig, Salz.

Die am Tage vorher verleſenen, gewaſchenen und eingeweichten Linſen werden mit friſchem weichem Waſſer oder auch mit dem Einweichwaſſer beigeſetzt. Man läßt ſie ganz langſam (Kochkiſte) auf kleinem Feuer oder im Rekord- oder Sikotopf weich dämpfen. In heißem Fett röſtet man das Mehl hellbraun, läßt die fein geſchnittenen Zwiebeln bräunlich werden und löſcht mit Wurzelbrühe ab. Die Einbrenne muß gut durchkochen. ½ Stunde vor dem Anrichten gibt man die Linſen zu und würzt mit Salz und Eſſig.

Leipziger Allerlei. 1 Kilo geputztes Gemüſe, 80 bis 100 Gramm Butter, (Krebſe, Pilze), 50 Gramm Mehl, Salz, Muskat, Priſe Zucker.

Die einzelnen Gemüſe wie Spargel, Blumenkohl, Erbſen, Karotten, Kohlrabi, Pilze u. a. werden nach ihrer Art geputzt, gewaſchen und geſchnitten, Spargel in 3 Zentimeter-lange Stücke, Blumenkohl in Röschen, Kohlrabi in Scheiben, Karotten in Würfel. Spargel, Blumenkohl und Kohlrabi kocht man in Salzwaſſer, Erbſen und Karotten dämpft man in 30 Gramm Butter mit etwas Gemüſewaſſer. Von der übrigen Butter bereitet man mit Mehl und Spargelwaſſer eine Butterſoße, würzt ſie und läßt ſie 20 Minuten durchkochen. Dann rührt man die Gemüſe vorſichtig mit einem Stückchen Butter durch und richtet ſie hübſch an. Den Blumenkohl gibt man in die Mitte.

Zum Verfeinern kann man Champignons und Trüffel dämpfen und dazu geben; außerdem einige Krebſe nach Rezept kochen, das Fleiſch herausbrechen und die Schalen im Mörſer mit 20 Gramm Butter fein ſtoßen. Den erhaltenen Brei läßt man auf kleinem Feuer ſo lange ausziehen, bis die Krebsbutter ſchön klar iſt. Man gibt Fleiſchbrühe zu und läßt 15 Minuten kochen und ſeiht ſodann durch. Mit dieſer Brühe, die man nach Belieben leicht ſämig machen kann, erhitzt man das Krebsfleiſch, das man als Garnitur zu den Gemüſen gibt.

Gurkengemüſe. 1 Kilo Gurken, 30 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, $^3/_8$ Liter Milch, 1 Teelöffel Salz, Muskat.

Man ſchält die Gurken von der Spitze nach dem Stiel, nimmt die Kerne heraus und ſchneidet die Gurken in 4 Zentimeter lange, 3 Zentimeter dicke Stückchen. Dieſe dämpft man in Butter, gibt Salz dazu und macht die Soße mit einem Mehlteiglein ſämig. Oder man ſtellt vorher eine weiße oder braune Soße aus den angegebenen Zutaten her und gibt die Gurkenſtücke zum Dämpfen dazu. Zum Verbeſſern zieht man mit Rahm ab.

Artiſchocken gekocht.

Artiſchocken kommen meiſt aus Südfrankreich. Die Blätter ſollen mehr rund als ſpitz ſein. Bei der Zubereitung werden der Stiel, die Blattſpitzen und die unteren grünen harten Blätter — letztere ohne den Boden zu verletzen — abgeſchnitten und die freigelegten Böden mit Zitronenſaft eingerieben, um ein Schwarzwerden zu verhüten. Dann wäſcht man die Artiſchocken und bindet ſie leicht zuſammen, gibt ſie in mit Zitronenſaft gewürztes Salzwaſſer und läßt ſie ſo lange kochen, bis die inneren Blättchen ſich leicht herausziehen laſſen. Mit einem Eßlöffel entfernt man nun die inneren Blätter und die Staubfäden und richtet die Artiſchocken, die Böden nach oben gerichtet, an. Als Beigabe Butterſoße, Holländiſche Soße, klare oder braune Butter. (Kochzeit etwa 1 Stunde.)

Cremeſoße zu Artiſchocken. 4 Eigelb, 65 Gramm Butter, 5 Eßlöffel kalte Bouillon, 1 Kaffeelöffel Zitronenſaft, wenn nötig Salz, 4 Eßlöffel geſchlagenen Schlagrahm, 1 Eßlöffel gehackte Peterſilie.

Die Hälfte der Butter, die zerſchlagenen Eigelb und Bouillon vermiſchen, auf kleinem Feuer oder Dampf dick rühren. Vorſicht!, daß nicht gerinnt. Die übrige Butter einſtweilen in kaltes Waſſer legen, dann zur Soße geben und zuletzt den Zitronenſaft. Direkt vor dem Anrichten den ſteif geſchlagenen Schlagrahm und Peterſilie dazugeben.

Artiſchocken, gedämpft. 3 bis 4 Artiſchocken, 3 Liter Waſſer, Salz, Zitrone, 40 Gramm Butter, kleinen Eßlöffel Schalotten, kleinen Eßlöffel Peterſilie, ¼ Kilo (⅓ Büchſe) Champignons, 20 Gramm Käſe, ⅓ Liter Bratenſaft, 1/10 Liter Weißwein, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel braune Soße.

Die Artiſchocken werden wie oben vorgerichtet, 15 Min. in Salzwaſſer gebrüht, herausgenommen und von den inneren Blättern befreit. Sodann bereitet man eine Fülle, indem man die fein verwiegten Schalotten und Zwiebeln in Butter glaſig dünſtet und die klein geſchnittenen Champignons nebſt Salz, geriebenem Parmeſankäſe und etwas Pfeffer zugibt. Nun ſetzt man die vorgerichteten Artiſchocken in eine gut mit Butter ausgeſtrichene Form, begießt ſie mit Wein und Bratenſaft, füllt ſie mit der Fülle, bedeckt ſie mit einem mit Öffnungen verſehenem Papier und dämpft ſie zugedeckt auf kleinem Feuer vorſichtig weich. Wenn nötig, Bratenſaft zugießen. Nach Belieben gibt man zuletzt in die Dampfbrühe eingekochte braune Soße, läßt dieſe aufkochen und gießt ſie beim Anrichten über die Artiſchocken.

Linſengemüſe, mit Dürrfleiſch gekocht.

Vorrichten und Kochen der Linſen wie angegeben. Das Dürrfleiſch, das man vorher eingeweicht hat, wird, ſobald die Linſen kochen, in das Gemüſe gegeben und mit dieſem gekocht. Statt der braunen Einbrenne des vorigen Rezeptes rührt man nur ein Teiglein von Braunmehl und Waſſer ein und läßt gut durchkochen.

Erbſenbrei. ½ Kilo Erbſen, 2 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, 40 Gramm Fett, 60 Gramm Mehl, 1 Eßlöffel Zwiebeln.

Die verleſenen und raſch gewaſchenen, getrockneten Erbſen werden mit ½ Liter Waſſer eingeweicht, am nächſten Tag mit dem Einweichwaſſer aufgeſetzt, weichgekocht und durch ein Sieb gegeben. Aus Fett, Mehl und feingeſchnittenen Zwiebeln ſtellt man eine Einbrenne her, gibt das Erbſenmus dazu und läßt nochmals aufkochen. Ein Stückchen friſche Butter vor dem Auftragen eingerührt, macht das Gericht noch zarter. Zu geſalzenem Schweinefleiſch mit Sauerkraut. Zum Strecken kocht man Kartoffeln mit den Erbſen und paſſiert ſie mit dieſen oder gibt in die Suppe kleine gekochte Kartoffelwürfel.

Tomatenrezepte verſchiedener Art. (Weitere Angaben unter Kapitel: Fleiſchloſe Koſt und Vorgerichte.)

Der Paradiesapfel oder die Tomate war nicht immer ſo beliebt als ſie es heute iſt. In früheren Zeiten war man ihr gegenüber ſehr argwöhniſch und verſchrie ſie als Giftpflanze und das ganz zu Unrecht, denn ſie iſt eine unſerer wertvollſten und nützlichſten Früchte. Sie iſt ſo genügſam, daß man ſie überall kultivieren kann. Das einzig unbedingt Notwendige, was ſie verlangt, iſt die Sonnenwärme, denn ſie iſt ja eigentlich ein Sonnenkind und ſtammt aus dem Süden. Nötiger als Feuchtigkeit braucht ſie die Sonne und wo dieſe fehlt, da bleiben die Früchte klein, ſauer und zum Rohgenuß vollkommen ungeeignet. Schon lange, ehe die Tomate bei uns überhaupt bekannt war, bildete ſie bei den Völkern des Orients ein Hauptnahrungsmittel, das beſonders der türkiſche Packträger (Hamal) nicht miſſen möchte, denn er lebt hauptſächlich davon, ſo lange er nur irgendwo welche bekommen kann. Ein beſonderes Gericht kennt er da nicht. Er verzehrt ſie nur roh, beſtenfalls, wenn ers fein machen will, mit viel Zwiebeln und Öl. In Bulgarien, wo man bekanntlich die meiſten Hundertjährigen zählt, ſteht die Tomate ebenſo hoch in Ehren und ſie verdient es auch.

Tomaten mit Tartar (rohes Rindfleiſch).

Schöne große Tomaten werden in der Mitte auseinandergeſchnitten und Kerne mit Fleiſch herausgenommen. Feingewiegtes rohes Rindfleiſch wird mit Salz, Pfeffer, etwas Zwiebeln und dem Inneren der Tomaten gemiſcht und in dieſe eingefüllt. In die Mitte des Eingefüllten macht man ein Loch, gibt einen Eidotter hinein (roh) und umlegt ihn mit Sardellen und Kapern.

Oder: Man füllt mit Heringſalat, Hummer- und Fiſchmayonnaiſen.

Mit Ölſardinen.

Ausgehöhlte Tomaten werden mit Mayonnaiſe, auch Topfenmayonnaiſe, gefüllt und mit kleinen Ölſardinen umlegt.

Tomaten mit Schinkencreme.

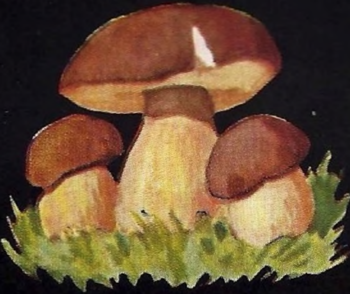
Gekochter magerer Schinken wird fein gewiegt, mit feſtgeſchlagener Sahne gemiſcht und in die ausgenommenen Tomaten gefüllt. Man garniert dieſelben mit Mayonnaiſe oder geſchlagenem Rahm. Man kann anſtatt Schinken auch Ölſardinen oder Lachs nehmen.

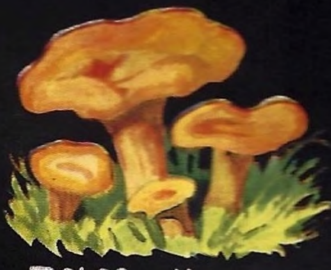
Alle obigen Speiſen kann man als Garnitur oder als Vorſpeiſen geben.

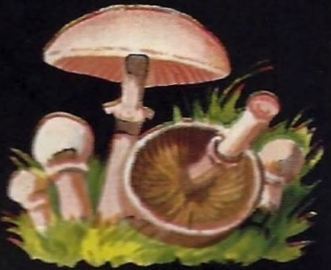
Pikante Tomatentorte. (Für Geſellſchaften geeignet.)

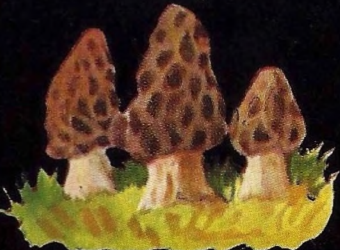
In eine Springform gibt man eine Lage Reis-, Kartoffel- oder Heringsſalat, darauf eine Lage friſchgeſchnittene Tomaten und das ſo weiter, bis die Form voll iſt. Dann ſtürzt man dieſelbe auf eine runde Platte, glaſiert ſie mit einer dicken Tomatenſoße und umlegt ſie mit den bereits angegebenen Garnierungen und etwas Mayonnaiſe.

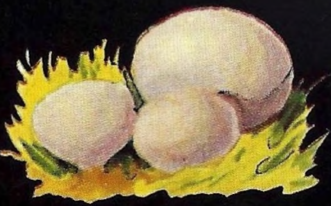
Essbare Pilze

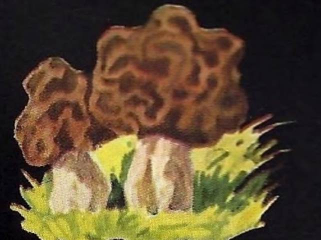

Steinpilz

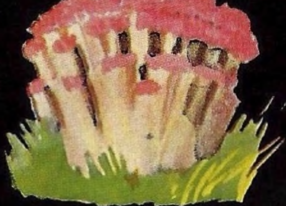

Pfifferling

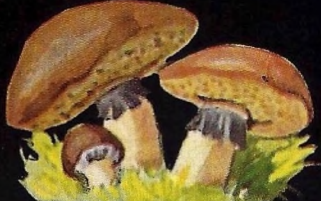

Champignon

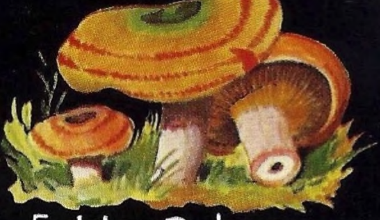

Morchel


Bovist

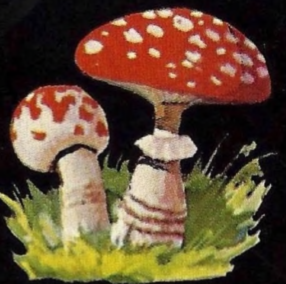

Lorchel

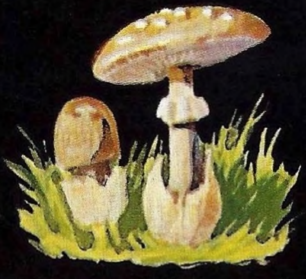

Ziegenbart

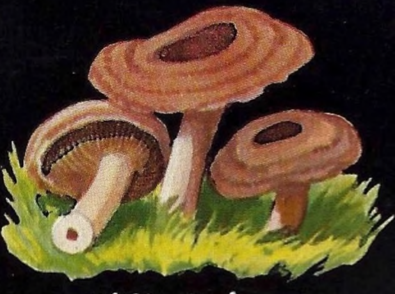

Butterpilz

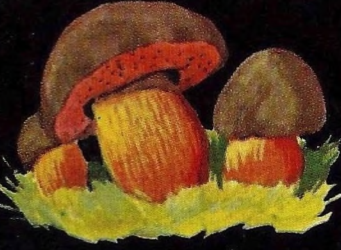

Echter Reizger

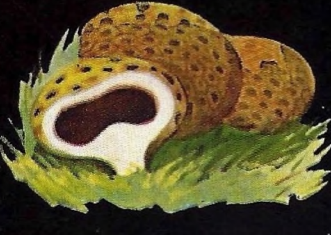
Giftige Pilze

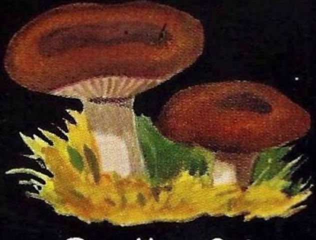

Fliegenpilz


Knollenblätterpilz


Gift-Reizger


Satanspilz


Kartoffelbovist


Speiteufel

H. J.

Gefüllte Tomaten.

Man ſchneidet von jeder Tomate eine Scheibe ab, nimmt die Kerne aus dem Fleiſch, füllt ſtatt derſelben rohen Reis und etwas mit Salz gemiſchtes, gehacktes, rohes Kalbfleiſch ein und dünſtet ſie zwiſchen Speckſchnitten.

Tomatenauflauf.

Man kocht ¼ Kilo Reis in Fleiſchbrühe dick ein und gibt nach Belieben Tomatenmark dazu. Dann rührt man 3 bis 4 Eigelb, gibt den ausgekühlten Reis und den Schnee der Eiweiß dazu und bäckt das Ganze in einer Schüſſel. Es kann auch als Pudding im Waſſerbad gekocht werden. Dazu ſerviert man Tomatenſoße mit Wein gemacht.

Pilze oder Schwämme

Verbreitung. Pilze ſind über die ganze Erde verbreitet, in allen Zonen, verſchwinden erſt ganz in der Nähe der Pole; gelten Tauſenden als Leckerbiſſen und werden gerne im Walde geſucht.

Sammelzeit. Frühjahr, Spätſommer und Herbſt, unter Nadelholz, auf ſandigem, mit Moos überzogenem Boden, auch in Gärten, auf Wieſen und Grasplätzen.

Ernte. Iſt beſonders ergiebig nach warmem Regen. Man ſchneide die Schwämme über dem Boden, damit ſie nicht ſandig werden. Den Strunk wieder mit Sand bedecken, das Erdreich nicht mit herausreißen.

Nährwert. Derſelbe iſt nicht ſo groß als man bisher annahm, ſie ſind wohl ſtickſtoffhaltig, aber ſchwer verdaulich. Die Fleiſchnahrung kann durch Schwämme nicht erſetzt werden; ſie ſind aber im Nährwert den Gemüſen ſehr ähnlich. Geſunde Schwämme haben vorzüglichen Geruch, Geſchmack und ſind appetitanregend.

Preis. In den Städten ſind die Preiſe ziemlich hoch; die Pilze können aber ſelbſt koſtenlos ohne Mühe geſammelt werden.

Giftpilze — Wirkungen — Gegenmittel.

Giftpilze erkennt man: Austreten eines Milchſaftes, Verfärben der Schnittfläche, lebhafte Farbe oder klebrige Beſchaffenheit des Hutes, Schwarzwerden einer mitgekochten Zwiebel, Bräunen eines eingetauchten ſilbernen Löffels. Verdächtige Pilze darum nie verwenden und ſich genaue Kenntniſſe der Merkmale ſchädlicher Pilze verſchaffen!

Die Folgen des Genuſſes giftiger Pilze machen ſich nach 4 bis 5 Stunden bemerkbar in Gliederſchmerzen, Magen- und Darmbeſchwerden, heftigem Durſt, Herzklopfen, Schwindel, Ohnmacht, Abnahme der Herztätigkeit, Eintritt von Krämpfen, denen der Tod folgt. Man rufe ſofort den Arzt.

Allgemeines über Einkauf und Vorrichten.

Genaue Kenntnis der gebräuchlichſten Pilze iſt beim Einkauf nötig. Die Pilze, von denen Eierſchwämmchen (Rehlinge oder Pfifferlinge), Steinpilze, Paraſol-, Birken-, Butter-, Maronen- und Stoppelpilze, Hahnenkämme ſowie Champignons die bekannteſten ſein dürften, ſollen ſich feſt, nicht ſchmierig anfühlen und beim Durchbrechen keine Madenlöcher zeigen. Auch zu große Pilze ſind unvorteilhaft und meiſt weich. Sie werden nach ihrer Art geputzt. Der Hut wird leicht abgeſchabt, die weichen und ſandigen Teile entfernt und das übrige je nach Größe ganz gelaſſen oder in 1 bis 2 Teile geteilt, gewaſchen und zum Abtropfen auf ein Sieb gelegt.

Einige der bekannteſten eßbaren Pilzarten:

1. Der Feldchampignon. Er wächſt von Auguſt bis November auf Wieſen und Triften, vorzüglich auf Pferdeweiden. Die in Miſtbeeten gezogenen Champignons bekommt man das ganze Jahr.

2. Trüffel iſt der vorzüglichſte aller Schwämme. Eine kartoffelähnliche, unter der Erde zu 3 bis 7 Stück zuſammenwachſende Frucht, am beſten in lockerem ſchwarzen Boden der Laubwälder, in Frankreich und Italien gedeihend.

3. Der wohlſchmeckende Honigblätterpilz oder Halligmaſch. Wächſt im Herbſte in Wäldern, meiſt am Grunde abgeſtorbener Bäume.

4. Der Brätling. Wächſt im Herbſt in Laub- und Nadelwäldern und hat ſchwach gewürzhaften Geruch und weißen oder gelblichen Milchſaft.

5. Der echte Reizker- oder Wacholderſchwamm. Wächſt im Sommer und Herbſt in Wäldern, vorzüglich zwiſchen Wacholdergeſträuch und Heidekraut auf ſandigen Auen.

6. Der Suppenpilz oder Mouſſeron. Wächſt im Frühjahr bis Herbſt auf Triften.

7. Der Eierpilz, auch Eierling, ſeines pfefferähnlichen Geſchmackes wegen auch Pfefferling und Pfifferling genannt; wächſt im Juli bis November in Laub- und Nadelwald.

8. Der Birkenpilz. Wächſt in lichten, vornehmlich in Birkenwäldern.

9. Der Herren- oder Steinpilz. Wächſt in lichten, beſonders in graſigen Laubwäldern, im Sommer und Herbſt.

10. Die Speiſelorchel. Wächſt im Frühjahr auf ſandigem Boden in Nadelhölzern.

11. Morchel wird friſch und getrocknet für ſich allein und hauptſächlich als Speiſewürze verwendet.

Beim Reinigen von Schwämmen muß man aus Rückſicht auf die Geſundheit auch bei eßbaren Schwämmen vorſichtig ſein und alle, welche alt, morſch oder angefault, wäſſerig und weich ſind, ſowie alle, deren Fleiſch ſchmutzig ausſieht, einen unangenehmen Geruch hat oder an den Schnittflächen bläulich oder grünlich wird, als ſchädlich entfernen. In langer Regenzeit gewachſene Schwämme ſoll man überhaupt nicht verwenden. Auch muß man Schwämme immer ſobald als möglich zubereiten. Man ſchneidet ſie durch und entfernt alle madenhaltigen angefreſſenen Stellen, ſchabt größeren die Haut und den Bart an der Unterfläche des Hutes ab und legt ſie gleich in friſches Waſſer; läßt ſie aber womöglich nicht länger darin, als bis alle geputzt ſind, weil ſie ſonſt zu viel Waſſer einſaugen.

Die Hautabfälle von Edelpilzen (Champignons) verwendet man zu Suppen oder Soßen, welche geſeiht werden. Wenn man Schwämme für Ragouts und dergleichen weiß erhalten will, dünſtet man ſie mit ein wenig Suppe, Zitronenſaft, Salz und Butter. Um gedörrte Schwämme wieder aufzufriſchen, gibt man beim Dünſten etwas Milch dazu.

Pilze gedämpft.

Die Pilze, deren gebräuchlichſte Arten angegeben ſind, werden wie dort beſchrieben vorgerichtet. In einem glaſierten Topfe bringt man die Butter zum Kochen, gibt die Pilze nebſt den geſchälten Zwiebeln hinein und läßt ſie zugedeckt unter öfterem Schütteln 20 Minuten dämpfen. Dann ſtäubt man das Mehl darüber, gießt Fleiſchbrühe oder Waſſer zu, würzt mit Salz, Pfeffer und Peterſilie und läßt noch 5 Minuten durchdämpfen. Zu Braten, Pfannkuchen, Kartoffelküchlein u. a. reichen.

Zum Strecken macht man die Einbrenne größer. Übrig gebliebene Pilze dürfen nicht über Nacht aufbewahrt werden, da ſie ſich zu raſch zerſetzen.

Champignons, gedämpft.

¾ Kilo Champignons, 40 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Teelöffel Peterſilie.

Möglichſt gleich große feſte Champignons putzen, die ſandigen Strünke abſchneiden, wenn ſie nicht madig ſind, dazugeben, waſchen und in mit Zitronenſaft geſäuertes Waſſer legen. (1 Liter Waſſer, 1 bis 2 Eßlöffel Zitronenſaft.) Größere Pilze teilt man. In einem glaſierten Topfe die Butter zum Kochen bringen, die Champignons nebſt Salz und Zitronenſaft dazu geben, dieſe weich dämpfen und mit darübergeſtreuter Peterſilie auf heißer Platte anrichten. Gedämpfte Champignons werden auch viel zu Bratengarnituren, zu Paſtetenfüllen u. a. verwendet.

Steinpilze, gedämpft.

Man putzt ſie, indem man die Haut von Hut und Stielen abzieht und die weichen Lamellen unter dem Hut entfernt. Die Pilze werden ganz fein geſchnitten und mit Butter, Salz und feingeſchnittenen Zwiebeln ½ bis 1 Stunde auf kleinem Feuer gedämpft. Sie ſollen mehr ſieden als kochen, wobei immer etwas Waſſer oder Brühe nachgegoſſen wird. Zuletzt werden ſie mit Mehl beſtäubt oder mit einem Rahmteiglein ſämig gemacht und mit Peterſilie beſtreut.

Pilzmus.

Dazu eignen ſich alle Arten von eßbaren Pilzen. Man putzt ſie, hackt ſie fein und dämpft ſie mit Zwiebeln in Butter weich, miſcht einige Löffel Bechamelſoße darunter ſowie etwas Zitronenſaft und Salz, läßt kurz durchkochen und gibt ſie durch das Haarſieb. Dieſes Mus eignet ſich vorzüglich zum Füllen von Paſtetchen, Gemüſen u. a.

Pilz-Allerlei. 1 Kilo Pilze, 40 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Zwiebeln, 1 Teelöffel Peterſilie, 1 Teelöffel Salz, 40 bis 50 Gramm Mehl, ⅓ Liter Fleiſchbrühe, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, Maggiwürze.

Pilze aller Art werden geputzt und in möglichſt ähnliche Stücke geſchnitten. Nach dem Waſchen dämpft man die fein geſchnittenen Zwiebeln gelblich, gibt die abgetropften Pilze dazu und nach ¼ Stunde weißes oder gebräuntes Mehl. Dann rührt man die Fleiſchbrühe darunter und würzt mit Salz, Maggi und Zitronenſaft. In einem Reis- oder Kartoffelrand anrichten.

Pilzfrikandellen. ¾ Kilo Pilze, 2 bis 4 Semmeln, 1 Teelöffel Salz, 1 Ei, 20 Gramm Fett, 1 Eßlöffel Zwiebeln und Peterſilie, Semmelmehl, Backfett.

Die wie vorſtehend vorgerichteten und halbweich gedämpften Pilze vermiſcht man mit dem Ei, den Gewürzen und den abgeriebenen, eingeweichten und verzupften Semmeln und formt runde oder längliche Küchlein davon, wendet ſie in Semmelmehl und bäckt ſie in heißem Fett auf beiden Seiten braun.

Vegetarier-Küchlein. ¼ Kilo Makkaroni, ¼ Kilo geputzte Pilze, 1 Ei, Salz, Peterſilie, Semmelmehl, Backfett.

Die in Salzwaſſer gekochten, abgetropften Makkaroni werden mit den Pilzen durch die Fleiſchmaſchine gegeben. Dann gibt man die Gewürze und das Ei dazu und formt Küchlein daraus, die man wie Frikandellen bäckt.

Pilzknödel.

3 Steinpilze in Würfel ſchneiden, ſalzen und in Butter weich dünſten. Wenn ausgekühlt, miſcht man 3 Eßlöffel erweichte Brotkrumen, 2 Eier, gehackte Peterſilie, Salz und etwas Bröſel dazu. Aus dem Teig Knödel formen, in Salzwaſſer kochen oder in Öl backen.

Kartoffeln

Kartoffeln in der Schale (Pellkartoffeln).

Man verwendet dazu eine mehlige Sorte und ſucht möglichſt glatte, gleichmäßige, mittelgroße Kartoffeln aus, damit ſie gleichzeitig gar werden. Im Mai und Juni muß man ſie vorher etwa 12 Stunden in kaltes Waſſer legen, damit ſich der verlorene Waſſergehalt wieder erſetzt und die Schalen wieder glatt werden.

Am beſten kocht man Schalenkartoffeln im Dampfkocher. Will man ſie in einem gewöhnlichen Topf kochen, ſo gibt man einen mit kleinen Füßchen verſehenen durchlöcherten Einſatz hinein und ſo viel Waſſer, als dieſer hoch iſt. Die Kartoffeln werden im Waſſer ſauber gebürſtet und auf den Einſatz gegeben. Man beſtreut ſie mit Salz (auf 1 Kilo Kartoffeln ¾ Eßlöffel Salz und ¾ Liter Waſſer) und kocht ſie gar. Wenn nicht alle Kartoffeln aufgeſprungen ſind, drückt man ſie mit einem Tuche in der Hand auf, damit ſie ausdämpfen. Mit reichlich Butter als einfaches Abendeſſen zu geben.

Salzkartoffeln. 1 Kilo Kartoffeln, ½ Liter Waſſer, ¾ Eßlöffel Salz.

Die Kartoffeln werden gewaſchen, mit dem Kartoffelſchäler geſchält, in Schnitze oder 4 bis 5 Zentimeter große Würfel geſchnitten, mit kaltem Waſſer und Salz aufgeſetzt, raſch zum Kochen gebracht und faſt weich gekocht. Dann ſchüttet man das Waſſer ab (zur Suppe verwenden) und ſtellt ſie zum Fertigdämpfen im halboffenen Topfe auf die Seite des Herdes, nachdem man ſie etwas aufgeſchüttelt hat und läßt ſie vollends gar werden. Sie ſollen nicht wäſſerig, ſondern ſchön mehlig ausſehen, was durch das Ausdämpfen (wobei die mehligen Beſtandteile platzen) bewirkt wird. Alte Kartoffeln ſetzt man mit kochendem Waſſer zu; ſie bleiben weißer und kochen ſich mehliger.

Kartoffeln im Schlafrock (amerikaniſche Art).

Kartoffeln mit der Schale waſchen, bürſten, auf dem Blech im Backofen mit der Schale backen, wenn gar, Kartoffeln aufreißen, nicht ſchneiden, Butter, Salz, nach Belieben etwas Pfeffer hereingeben, heiß mit dem Teelöffel aus der Schale eſſen. Neue Kartoffeln werden mit der Schale gegeſſen.

Ausgeſtochene Kartoffeln (beſonders zu geſottenem Fiſch).

Große Kartoffeln ſchälen, mit dem Kartoffelausſtecher Kugeln ausſtechen, dieſe möglichſt nebeneinander auf einem Kartoffelſeiher im Dampf abkochen. Nach dem Abgießen in feingehackter Peterſilie mit oder ohne Zugabe von friſcher, heißer Butter ſchwenken und ſehr heiß auftragen.

Kartoffelpuffer. 1 Kilo geſchälte Kartoffeln, 1 Eßlöffel Salz, 100 Gramm Kartoffelmehl, ¼ Liter Milch (1 bis 2 Eier), Backfett.

Große Kartoffeln in Waſſer reiben, dieſes öfters erneuern, durch ein Tuch preſſen. Das Kartoffelmehl, Salz, Eigelb und zuletzt den ſteifen Eierſchnee darunter miſchen und mit einem Löffel kleine dünne Küchlein in die Pfanne mit heißem Backfett geben und auf beiden Seiten knuſperig backen. Sie müſſen ſofort aufgetragen werden. Man gibt Kompott, Spargel, Erbſen oder Salat dazu. Die Eier können auch weggelaſſen werden.

Kartoffeln, roh gebraten, nach Pfälzer Art. 1 Kilo Kartoffeln, 40 Gramm Fett, (1 Teelöffel Zwiebeln), ¾ Eßlöffel Salz, 1 Schöpflöffel Waſſer.

Die geſchälten Kartoffeln werden in größere Würfel geſchnitten. In einer eiſernen, verſchließbaren Bratpfanne läßt man das Fett (nach Belieben mit geſchnittenen Zwiebeln) gut heiß werden, gibt raſch die gewaſchenen Kartoffeln hinein und gießt wenig Waſſer zu und beſtreut mit Salz. Der Deckel wird ſofort geſchloſſen und nicht mehr geöffnet, bis ſich unten an den Kartoffeln eine braune Kruſte gebildet hat. Dies riecht man deutlich an dem ausſtrömenden Dampf. Man öffnet den Deckel, indem man ihn ſo raſch auf die Seite hebt, daß die an ihm haftenden Tropfen nicht in den Topf fallen. Nun hebt man mit der Backſchaufel vorſichtig die gebratenen Kartoffeln auf eine heiße Platte, die Kruſten ſollen ſichtbar ſein. Man gibt ſie zu Gemüſen oder zu dicker Milch. Bei dieſer Zubereitungsart gehen keine Nährſtoffe verloren, da kein Waſſer abgeſchüttet wird.

Georgettekartoffeln.

Große Schalenkartoffeln im Rohr garmachen, den Deckel abſchneiden, aushöhlen, das Innere mit dickem Rahm, Salz, Pfeffer und Butter mit der Gabel verarbeiten, Krevetten darunterziehen, wieder in die Kartoffeln füllen, mit Parmeſan und Bröſeln beſtreuen, mit Butter beträufeln und auf einem Blech mit Salz im Rohr backen.

Zeppelinkartoffeln.
Dieſelbe Zubereitung, nur anſtatt Krevetten gezupften Haddock (geräucherter Fiſch).

Bratkartoffeln. 1 Kilo Kartoffeln, ½ Liter Waſſer, ¾ Eßlöffel Salz, 40 Gr. Fett.

Die in 4 Zentimeter große Würfel geſchnittenen Kartoffeln mit Waſſer und Salz raſch einmal aufkochen und abſchütten. In einer Bratpfanne brät man in heißem Fett die Kartoffeln unter vorſichtigem Wenden im Bratofen, bis ſie braune Kruſten haben. Auf dem Herd gebraten, brauchen ſie etwas mehr Fett.

Bratkartoffeln, andere Art.
In der Schale gekochte Kartoffeln ſchält man und ſchneidet in dicke Scheiben, die man nebeneinander in heißem Fett wie Küchlein brät.

Kartoffelnudeln oder Bauchſtecher.
Kartoffelteig wie zu gekochten Kartoffelklößen wird in fingerdicke Rollen geformt, die in der Röhre braun gebacken werden. Aus demſelben Teig können auch falſche Küchle geformt werden, die ebenfalls in Fett in der Pfanne gebacken werden. Kartoffelküchle, in Oberfranken Ballnklöſe genannt. — Beides reicht man mit Fleiſch, Gemüſe, Salat oder Kompott.

Kartoffeln, geröſtet. 1 Kilo Kartoffeln, 40 Gramm Fett, ¾ Eßlöffel Salz, 1 Teelöffel Zwiebeln, Priſe Pfeffer, (½ Teelöffel Kümmel).

Die in der Schale gekochten geſchälten Kartoffeln ſchneidet man in meſſerrückendicke Scheiben. In einer breiten Pfanne erhitzt man das Fett, gibt nach Belieben fein geſchnittene Zwiebeln und die Kartoffelſcheiben hinein und brät ſie unter Wenden ſchön goldbraun. Man kann auch, um Fett zu ſparen, die Hälfte Fett nehmen, die Kartoffeln anbraten und dann mit 1 Eßlöffel Waſſer oder Milch übergießen und die Kartoffeln zugedeckt braten laſſen.

Kartoffelpudding. ½ Kilo geriebene Kartoffeln, 50 Gramm Butter, 4 bis 5 trockene Semmeln, ¾ Eßlöffel Salz, wenig Muskat, 3 bis 4 Eier.

Gekochte Kartoffeln kalt reiben, mit der ſchaumig gerührten Butter, den abgeriebenen, eingeweichten, ausgedrückten und verzupften Semmeln, Salz, Muskat und den Eigelb gut vermengen. Zuletzt den ſteifen Eierſchnee dazu geben, in eine vorgerichtete Puddingform füllen und nach Vorſchrift im Waſſerbad 1½ Stunden kochen. Bei Gebrauch ſtürzen und zu Braten, Gemüſe oder Salat reichen.

Strohkartoffeln (Pommes frites). 1 Kilo Kartoffelſtäbchen, 1 Teelöffel Salz, Backfett.

Aus großen geſchälten Kartoffeln ſchneidet man mit dem Meſſer oder Hobel halbfingerlange dünne Stäbchen, welche man mit einem reinen Tuche abtrocknet. Hierauf werden ſie in heißem, aber nicht rauchendem Fett hellgelb vorgebacken und einſtweilen auf einen Seiher gegeben. Dieſe Arbeit kann man bei großen Eſſen ſchon einige Stunden vorher vornehmen. Kurz vor dem Auftragen gibt man ſie in das wieder erhitzte Fett und bäckt ſie darin knuſperig. Zur Prüfung der Hitze des Fettes gibt man ein Stückchen Brot hinein. Dieſes ſoll ſich nicht ſchwarz, ſondern gelb färben. Man darf nicht zu viele Stäbchen auf einmal in das Fett geben, ſondern man bäckt ſie nach und nach und ſtellt ſie heiß. Vor dem Auftragen beſtreut man ſie mit feinem Salz und ſchüttelt ſie leicht durch.

Kümmelkartoffeln.

Man wäſcht gleich große Kartoffeln, ſchneidet ſie der Länge nach durch, taucht ſie mit der Schnittfläche in Salz und Kümmel und legt ſie auf ein beſchmiertes Blech. Man bäckt ſie entweder raſch ½ Stunde im Rohr oder läßt ſie langſam bei gelinder Feuerung 1 Stunde gar werden.

Rahmkartoffeln (Kartoffelgemüſe). 1 Kilo Kartoffeln, ½ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz. Zur Soße: 30 bis 40 Gramm Butter, 50 bis 60 Gramm Mehl, ¼ Taſſe Milch, ½ Liter Fleiſchbrühe oder Waſſer, ¾ Teelöffel Salz, 3 bis 4 Eßlöffel ſaurer Rahm, 1 Teelöffel Peterſilie.

Nicht zu mehlige Kartoffeln, am beſten „Mäusle“, werden geſchält, in dünne Scheiben geſchnitten und im Dampf nicht ganz weich gekocht, Unterdeſſen bereitet man eine Bechamelſoße und dämpft darin die Kartoffeln fertig. Zuletzt gibt man den Rahm und die fein geſchnittene Peterſilie darunter. Die Scheiben ſollen ganz bleiben. Nach Belieben mit etwas Muskat würzen. Man kann auch erſt die Soße herſtellen und die Kartoffelſcheiben darin weichkochen.

Peterſilienkartoffeln. 1 Kilo Kartoffeln, 30 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 2 Eßlöffel feingeſchnittene Peterſilie, ⅓ Liter Milch.

Große Kartoffeln ſchälen, in größere Würfel ſchneiden. In einer breiten Pfanne die Kartoffeln in heißer Butter 5 Minuten dämpfen, Milch und Peterſilie zugeben und im Backofen nach 30 bis 40 Minuten unter öfterem Schütteln dämpfen laſſen. Die Kartoffeln dürfen nicht zu trocken ſein.

Kartoffelbrei.

Die wie Salzkartoffeln gekochten, heiß durch die Preſſe gegebenen Kartoffeln ſchlägt man mit heißer Milch und 1 Stück Butter auf dem Herd oder im Waſſerbad in einem tiefen Topf ſo lange, bis der Brei weiß und ſchaumig iſt. Er ſoll nicht zu dünn oder zu feſt ſein. Die Milchmenge (oder ⅓ Waſſer und ⅔ Milch) richtet ſich nach dem Waſſergehalt der Kartoffeln. Deshalb nimmt man eine möglichſt mehlige Sorte. In einer Schüſſel hübſch anrichten.

Saure Kartoffeln. 1 Kilo Kartoffeln, ½ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz. 40 Gramm Fett, 60 Gramm Mehl, ½ Liter Brühe, 1 Teelöffel Salz, 1½ Eßlöffel Eſſig, ½ Zwiebel, 1 bis 2 Nelken, ½ Lorbeerblatt.

Aus Fett, Zwiebeln, Mehl und Brühe bereitet man eine braune Soße, gibt die Gewürze zu und kocht ſie 1 Stunde durch. Im Dampftopf halbweich gekochte Kartoffelſcheiben gibt man in die Soße und läßt ſie darin vollends gar werden.

Kartoffelkugeln. 1 Pfund Kartoffeln, 60 Gramm Butter, 2 Eier, Salz, Muskat, 1 bis 2 Eßlöffel Mehl, Backfett.

Die Kartoffeln ſchälen, in wenig Salzwaſſer oder beſſer im Dampf weichkochen, abſchütten, abdampfen laſſen, bis ſie trocken und mehlig ſind, noch heiß durch ein Sieb oder die Preſſe geben. Die Butter ſchaumig rühren, dann die Kartoffeln, die Eier, wenig Salz und Muskat und das Mehl zugeben, alles gut mengen und auf dem Nudelbrett glatt verarbeiten. Mit der bemehlten Hand Kugeln oder fingerlange Rollen formen, in Mehl wenden und in reichlich Schmalz oder Fett backen.

Kartoffelkroketten. 1 Kilo Kartoffeln, ¾ Eßlöffel Salz, 2 Eigelb, 60 Gramm Mehl, 2 Eiweiß, 1 Eßlöffel Waſſer, Semmelmehl, Backfett.

Gekochte, heiß durchgepreßte Kartoffeln mit Salz, Eigelb und Mehl verarbeiten und kleine Kugeln im Durchmeſſer von 3 Zentimeter formen. Kurz vor dem Gebrauch in Eiweiß und Semmelmehl umwenden und ſchwimmend in heißem Fett goldbraun backen. Als Verzierung von Fleiſch- oder Gemüſeplatten zu verwenden.

Einfacher Kartoffelauflauf. ½ Kilo Kartoffeln, ¼ Liter Milch, 2 Teelöffel Mondamin, 20 Gramm Butter, 2 Eiweiß, 1 Teelöffel Salz.

Die heiß durch die Preſſe gegebenen Kartoffeln mit der Butter, der Milch, Salz und dem in Milch verrührten Mondamin ſowie dem ſteifen Eierſchnee vermengen und in der vorgerichteten Auflaufform bei guter Oberhitze backen.

Feinerer Kartoffelauflauf, zweite Art. ½ bis ¾ Kilo Kartoffeln, ⅜ Liter ſauren Rahm, 2 Eier (oder mehr), 80 Gramm geriebenen Käſe, 1 Teelöffel Salz.

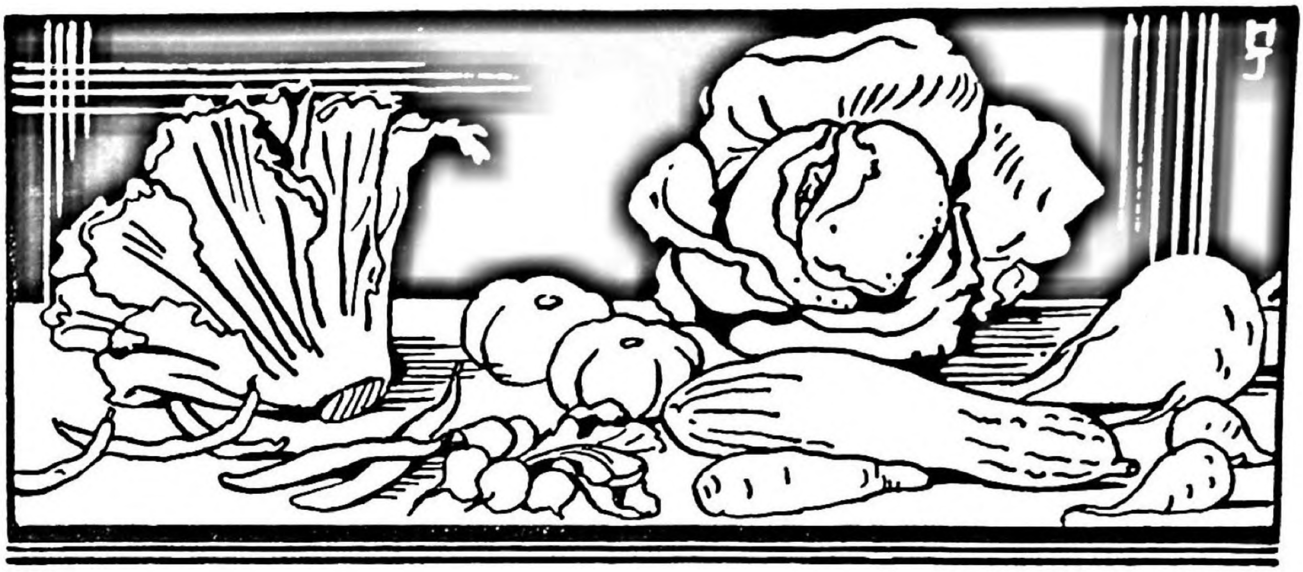
Kartoffeln kochen, ſchälen, in Scheiben ſchneiden. Eier, Rahm, Salz und Käſe verquirlen. In die vorgerichtete Form lagenweiſe Kartoffeln und Eierrahm geben. Unten und oben Kartoffeln. Zuletzt mit Eierrahm beſtreichen, nach Belieben Semmelmehl und Butterflöckchen darüberſtreuen. Im heißen Ofen ½ Stunde aufziehen laſſen. Statt Eierrahm kann man beliebiges weißes Gemüſe wie Kohlrabi, Schwarzwurzeln, Spargeln oder auch Erbſen und Karotten zwiſchen die Kartoffellagen geben. Mit Rahm (und Ei) und Käſe beſtreuen.

Kartoffelbiskuit.

½ Kilo gekochte Kartoffeln, 80 Gramm Butter, 1 Eigelb, Salz. Alles miteinander miſchen, dann Maſſe in Spritzſack füllen, auf gefettetes Blech aufſpritzen, mit Eigelb bepinſeln, ſofort bei guter Hitze backen.

Hefe-Schupfnudeln mit Kartoffeln. ¼ Kilo Mehl, 50 Gramm Kartoffeln, 30 Gramm Butter, 1 kleiner Teelöffel Salz, 30 Gramm Zucker, 1 kleines Ei, 1/10 Liter Milch, 15 Gramm Hefe, Backfett.

Das geſiebte Mehl mit der kleingeſchnittenen Butter erwärmen, die übrigen Zutaten der Reihe nach mit der angerührten Hefe zugeben und den Teig in der Wärme tüchtig ſchlagen, bis er Blaſen wirft. Dann mit Mehl beſtäuben und 2 Stunden gehen laſſen. Auf dem erwärmten, zerſtäubten Nudelbrett fingerlange und 2 Zentimeter dicke Rollen formen und, nachdem ſie 20 Minuten gegangen ſind, ſchwimmend in heißem Fett backen. Mit Zucker und Zimt beſtreuen und mit Kompott auftragen.



Salate

Vormerkung.

Jeden Tag Salat iſt die Deviſe der neuzeitlichen Küche. Aber nicht alles, was Salat heißt, iſt gleichwertig. Rohſalate, beſonders grüne Gartenſalate und Fruchtſalate, ſtehen an Nähr- und Genußwert obenan. Der begeiſterte Rohkoſtler verwirft jede Verwendung von Eſſig und erlaubt nur Zitrone als Erſatz. Ganz gewiß iſt die vitaminreiche Zitrone dem „Blutzerſtörer" Eſſig vorzuziehen, doch iſt der Zitronenſaft nicht jedermanns Sache, und außerdem iſt man von der völligen Ausſchaltung des Eſſigs im Küchenzettel bereits etwas abgekommen. Wir teilen die Salate ein in Blattſalate, Gemüſe-, Fleiſch-, Fiſch und Obſtſalate. Einen von dieſen genannten ſollte die Hausfrau täglich auf den Tiſch bringen. Als Regel bei dem Herrichten der Salate ſollen wir gelten laſſen: peinliche Sauberkeit beim Putzen und Waſchen, ſofortiges Entfernen des Waſſers durch Schütteln und Schwenken im Salatdrahtſeiher. Das Anmachen geſchieht entweder durch das Durchziehen der Salate in einer vorbereiteten Marinade (Eſſig oder Zitronenſaft, Öl, Naturgewürze, Schnittlauch) oder, wo dies nicht erwünſcht iſt, gibt man an erſter Stelle das Salz, an zweiter das Öl, an dritter den Eſſig oder die Zitrone. Über die Zugabe von Gewürzkräutern der verſchiedenſten Arten entſcheidet der Geſchmack. Im Rheinland, Heſſen und verſchiedenen deutſchen Ländern wird das Anmachen des Kopfſalates noch durch ſauren Rahm oder dicke Milch oder Zitronenſaft mit etwas Zucker ergänzt. Beſonders in Franken gibt man an Stelle des Öles ausgebratene kleine Speckwürfel heiß über den Salat. Sehr ſchmackhaft iſt das Salatherzchen mit Mayonnaiſe gefüllt. Bei Endivien iſt beſonders zu beachten, ihn vor dem Anmachen ganz kurze Zeit in lauwarmes Waſſer zu geben, um den bitteren Geſchmack herauszuziehen.

Grüne Salate: Kopfſalat, Schnitt-, Endivien-, Niſſel- oder Feldſalat, Kreſſe. 1 Staude Kopf- oder Endivienſalat oder 125 Gramm Schnittſalat oder Kreſſe oder 125 Gramm Feld-(Niſſel-)ſalat. 2 Eßlöffel Öl, 2 Eßlöffel gebrauchsfertigen Eſſig oder Zitronenſaft, Salz, 1 bis 2 Eßlöffel Rahm (Milch), nach Belieben: 1 Priſe Zucker, Salatkräuter.

Salat putzen und gut waſchen, nach Raupen und Schnecken unterſuchen, bei Kopfſalat große Blätter teilen, Rippen mit verwenden. Endivienſalat in Quer- oder Längsſtreifen ſchneiden, Schnitt-, Kreſſe- und Niſſelſalat nur verleſen. Salatkräuter wie Boretſch, Schalottengrün, Sauerampfer, Peterſilie, Schnittlauch, Eſtragon, Dill fein ſchneiden oder verwiegen. Eſſig, Öl und Salz miſchen, kurz vor Gebrauch über den Salat geben und mit den Kräutern leicht, aber völlig vermiſchen. Endivienſalat legt man nach dem Schneiden und Waſchen ½ Stunde in lauwarmes Waſſer, damit er den bitteren Beigeſchmack etwas verliert, läßt ihn gut abtropfen (Salatſchüttler oder reines Tuch) und macht ihn dann an.

Anſtatt der angegebenen Salatmiſchung kann man auch Mayonnaiſe verwenden. Oder man zerdrückt das Gelbe von 2 hartgekochten Eiern, verrührt es mit dem nötigen Öl (2 Eßlöffel) und gibt die anderen Zutaten daran. Das Eiweiß kann grob verhackt darunter gemengt werden. Nach Belieben den Salat mit hartgekochten Eiern verzieren, mit Tomatenvierteln belegen und mit Schnittlauch beſtreuen.

Der **Feld-, Niſſel-, Rapunzelſalat**, auch Vogerlſalat genannt, iſt wohl einer der bekannteſten und beliebteſten Wildſalate, und er wird auch im Garten gezogen. Man ſammelt ihn vom Herbſt bis in das Frühjahr hinein. Verwendet wird die Roſette mit ihren eirunden Blättern, ſo lange ſie nicht über 5 Zentimeter groß geworden iſt. Er wächſt auf Äckern (darum wird er auch in manchen Gegenden Ackerſalat genannt), Brachfeldern, Rainen und auch auf Wieſen.

Die **Brunnenkreſſe** findet man an klaren, kalten Bächen oft in ſehr großen Mengen. Man kann ſie vom Herbſt bis zur Blüte, die im Ende Mai bis Juni ſtattfindet, genießen. Sie ſchmeckt ſehr würzig und gibt einen äußerſt pikanten Salat und ſchmeckt, beſonders mit Kartoffelſalat gemiſcht, ſehr fein. In manchen Gegenden, beſonders in der Erfurter, wird ſie auch in künſtlichen Waſſerbeeten gezogen und kommt in großen Mengen auf den Markt.

Der **Löwenzahn** liefert einen ſehr feinen Wildſalat und wird in Frankreich hoch geſchätzt. Seine Blätter ſind in der Form je nach dem Boden, auf dem er wächſt, ganz verſchieden. Die Blätter werden geſammelt, ſo lange ſie noch ganz jung ſind, bis einige Zeit vor der Blüte. Die kleinen, zarten Blätter verwendet man zum Salat, während man die ſchon größeren, die man kurz vor der Blüte pflückt, mehr zu Suppen und Gemüſe verwendet.

Rettichſalat. 8 bis 10 mittelgroße Rettiche, 1 kleiner Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, 2 bis 3 Eßlöffel Öl, 2 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, 1 geriebene halbe Zwiebel.

Am beſten ſind die Mairettiche, die man nach dem Waſchen ſchabt oder dünn ſchält und fein hobelt oder ſchneidet und mit den angegebenen Zutaten vermengt. Nach Belieben gibt man eine geſchälte und gehobelte Gurke darunter.

Rettichſalat, gerieben.

Große Rettiche putzen, auf dem Reibeiſen (aus Glas) reiben, mit den oben angegebenen Zutaten miſchen und Schnittlauch darüber ſtreuen.

Gurkenſalat. 2 mittelgroße Gurken (Treibhausgurken ſind die feinſten), 1 Teelöffel Salz, 2 bis 3 Eßlöffel Öl, 2 bis 3 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, Priſe Pfeffer, 1 Teelöffel Senf oder 2 Eßlöffel Rahm, 1 Teelöffel Schnittlauch.

Am beſten eignen ſich die Schlangengurken. Sie fühlen ſich feſt an, haben wenig

Kerne und ſchmecken weniger ſtreng als andere Sorten. Man ſchneidet die beiden Enden ab und verſucht, an welchem die Gurke ſüß ſchmeckt. Man ſchält mit dem Kartoffelſchäler vom ſüßen zum bitteren Ende, das man übrig läßt, ſchneidet oder hobelt die Gurke fein, gibt Salz und die übrigen Zutaten zu, vermengt den Salat und beſtreut ihn mit Schnittlauch. Niemals dürfen Gurken vorher geſalzen und der ſich bildende Saft abgegoſſen werden, da dadurch die wertvollſten Beſtandteile verloren gehen und der Salat ſchwer verdaulich wird.

Radieschenſalat.

Die Radieschen waſchen, das Grüne abſchneiden. Die Radieschen in feine Scheiben ſchneiden, mit Eſſig, Öl, Salz, Pfeffer, Schnittlauch anmachen.

Tomatenſalat. ¾ Kilo feſte Tomaten, 1 bis 2 Eßlöffel Öl, 1 bis 2 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, Salz, Pfeffer (1 Priſe Zucker), 1 Teelöffel feingeſchnittene Zwiebeln oder Schalotte, Schnittlauch.

Feſte Tomaten mit einem Tuch ſauber abreiben oder waſchen und abtrocknen, auf einem Brett in feine Scheiben ſchneiden und mit den angerührten Zutaten vermengen.

Oder: Die Tomatenſcheiben von den Kernen vorſichtig befreien und mit den Zutaten vermengen.

Oder: Die Tomaten ſchälen und in Scheiben ſchneiden, dieſe entkernen, ſchuppenartig in eine flache Glasſchüſſel ordnen, die Salatſoße darübergeben und außen herum mit Öl beträufelte vorbereitete Salatherzchen und Eierſcheiben legen.

Rote Rüben-Salat. 1 Kilo Rote Rüben, Salzwaſſer, ¼ Liter Waſſer, ¼ Liter leichten Eſſig, Salz, Zucker (Kümmel), 1 Zwiebel.

Die mittelgroßen, gleichmäßigen Rote Rüben 2 bis 3 Zentimeter oberhalb der Rüben abſchneiden, ſo daß noch etwas vom Stengel ſtehen bleibt (bei kurz abgeſchnittenen Rüben geht beim Kochen der Saft verloren), mit den Wurzelſpitzen waſchen (bürſten) und weichkochen. Läßt ſich beim Herausnehmen einer Rübe die Haut leicht ablöſen, dann ſind ſie weich. Je nach Größe und Jahreszeit 1 bis 3 Stunden Kochdauer. Mit einem gewöhnlichen oder gezackten Meſſer ſchälen und in ¼ Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden. Lagenweiſe abwechſelnd mit Zwiebelſcheiben und den übrigen Zutaten in einen Steintopf ſchichten, den mit Waſſer verdünnten Eſſig darübergeben, ſo daß die Rüben ganz bedeckt ſind. Will man den Salat längere Zeit aufbewahren, ſo beſchwert man die Rüben mit einem kleinen Porzellanteller oder dergleichen und einem mit Waſſer gefüllten Einmachglas oder einem Stein. Auch empfiehlt es ſich, dann den Eſſig aufzukochen, erkalten zu laſſen und wieder über die Rüben zu gießen. Zum Haltbarmachen gibt man ein Stück rohen Meerrettich dazu.

Rote Rüben-Salat zum ſofortigen Gebrauch.

Die Roten Rüben wie oben vorbereiten und wie Kartoffelſalat anmachen.

Rote Rüben-Salat mit Äpfeln und Mayonnaiſe.

Die Rüben werden wie oben zubereitet und angemacht, worauf man ſie einen

Tag ſtehen läßt. Dann ſeiht man ſie von der Brühe, rührt eine feſte Mayonnaiſe, die man mit der abgeſeihten Brühe verdünnt, gibt die Roten Rüben und einige, in feine Scheiben geſchnittene Äpfel, ſowie einige Tropfen Zitronenſaft dazu.

Gemiſchter Krautſalat.

Rot- und Weißkraut, jedes für ſich, werden in Salzwaſſer kurz abgebrüht und zum Erkalten geſtellt und dann zuſammen gemiſcht. Rohe Äpfel werden fein gerieben, dazu gegeben und das Ganze dann mit Öl oder Speck, Salz, Pfeffer und Zwiebeln angemacht.

Krautſalat. 1 kleiner Weißkrautkopf, 2 Eßlöffel Öl, 1 bis 3 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, Salz, Priſe Pfeffer.

Weißkraut oder Blaukraut nudelartig ſchneiden, mit Salz vermiſchen, leicht verſtampfen oder durchkneten, mit 1 Teller und Stein preſſen und einige Stunden ſtehen laſſen. Dann wie Salat anmachen.

Krautſalat II. 1 Kilo Weißkraut, 100 Gramm Speck, Salz, 2 bis 4 Eßlöffel Eſſig, $^1/_8$ Liter Waſſer.

Kraut putzen, hobeln, Speck andünſten, Kraut darin durchdämpfen, Eſſig und Waſſer zugeben, alles ½ Stunde dämpfen. Das Kraut ſoll nur halbgar ſein.

Kartoffelſalat I. 1 Kilo gekochte Kartoffeln, $^1/_8$ Liter heiße Brühe, 2 Eßlöffel Öl, 2 Eßlöffel Eſſig, Salz, Priſe Pfeffer, 1 kleine Zwiebel. Zum Verbeſſern: 20 bis 25 Gramm Speck, Rahm.

Möglichſt friſch gekochte Kartoffeln (Mäusle) ſchälen, in Scheiben ſchneiden, Salz, Pfeffer und heiße Fleiſchbrühe (Maggi-Würfel) darüber gießen, dann Öl, kleingeſchnittene, zum Verbeſſern in Speck geröſtete Zwiebeln, Eſſig und etwas Schnittlauch zugeben und das Ganze durch Schütteln mengen. Sehr verbeſſert wird der Salat, wenn man kleine Speckwürfel mit Zwiebeln ausbrät und beide unter den Salat mengt. In dieſem Falle läßt man das Öl weg. Der Salat ſoll gut ſaftig und nach Belieben warm oder kalt aufgetragen werden. Auch mit Mayonnaiſe angemacht, iſt er ſehr gut. Man verziert ihn mit Tomatenſcheiben, Eivierteln, Salatherzchen, Peterſilie.

Kartoffelſalat II.

Übrige Kartoffeln reiben (Reibmaſchine), mit den oben angegebenen Zutaten anmachen. Wenn Speck verwendet wird, nur das flüſſige Speckfett ohne die Grieben nehmen, in der Salatſchüſſel anrichten, mit einem in heißes Waſſer getauchten Meſſer oder Schaufel glatt ſtreichen und Stufen oder dergleichen einkerben. Man kann auch einen Teil zurücklaſſen, dieſen mit Rote Rüben-Saft roſa färben und mit Hilfe des Spritzſackes die glattgeſtrichene Oberfläche mit Sternchen oder Streifen verzieren.

Pikanter Kartoffelſalat.

Die Kartoffeln werden gekocht, geſchält und in Scheiben geſchnitten. Reichlich Zwiebeln, etwas Peterſilie und Schnittlauch werden fein geſchnitten dazu gegeben. Dann löſt man in 1 Taſſe kochendes Waſſers 1 oder 2 Maggi-Suppenwürfel auf, gibt dazu noch etwas Maggiwürze, 1 Teelöffel Tomatenmark, wenig Senf, das nötige Salz, Öl und Eſſig und gießt alles über die Kartoffeln, die man nun gut durcheinandermiſcht und nach Geſchmack mit etwas Pfeffer und dem vielleicht noch nötigen Salz und Eſſig abſchmeckt.

Meerrettichſalat. 1 Stange Meerrettich, 2 bis 3 Eßlöffel Eſſig oder Zitrone, 1 Eßlöffel Öl, Salz, Priſe Zucker, Fleiſchbrühe oder 1 bis 2 Eßlöffel Weißwein.

Meerrettich waſchen, ſchaben, reiben, mit den Zutaten vermiſchen. Zu Suppenfleiſch.

Meerrettichſalat II. ¼ bis ½ Stange Meerrettich, 2 Äpfel, 1 bis 2 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, 1 Teelöffel Zucker, 2 Eßlöffel Rahm.

Meerrettich waſchen, ſchaben, reiben, Äpfel ſchälen, reiben, mit den angegebenen Zutaten anmachen.

Meerrettich mit Schlagrahm.

Meerrettich waſchen, ſchaben, reiben, mit Salz, Priſe Zucker, Eſſig und 4 bis 5 Eßlöffel geſchlagenem ſüßen Rahm und nach Belieben mit 30 Gramm geſchälten, geriebenen Mandeln verrühren, auf Eis ſtellen und halbgefroren zu kaltem Braten geben.

Sellerieſalat. 2 große Sellerieknollen, Salzwaſſer, 2 Eßlöffel Eſſig, Salz, 2 Eßlöffel Öl, Priſe Pfeffer.

Sellerie waſchen (bürſten), in Salzwaſſer weichkochen, ſchälen, in dünne Scheiben ſchneiden, mit Miſchung von Öl, Eſſig, Salz und nach Belieben 1 Priſe Pfeffer miſchen, einige Stunden oder über Nacht ſtehen und durchziehen laſſen. Nach Belieben ohne Öl, dafür mit 2 Eßlöffel ſaurem Rahm anmachen.

Bohnenſalat, grün. ½ bis ¾ Kilo Bohnen, Salzwaſſer, 2 Eßlöffel Öl, Salz, Priſe Pfeffer, 1 Teelöffel Zwiebeln, 1 bis 2 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, Schnittlauch.

Bohnen waſchen, Fäden abziehen, ſchneiden, in Salzwaſſer weichkochen. So lange ſie noch warm ſind, mit der aus den angegebenen Zutaten angerührten Soße vermiſchen. Einige Stunden durchziehen laſſen. Kleine Butter- oder Prinzeßbohnen läßt man unzerſchnitten.

Bohnenſalat, weiß.

Die weißen, eingeweichten Bohnen werden in Salzwaſſer weichgekocht und angemacht.

Blumenkohlſalat. 1 Kopf Blumenkohl, Salzwaſſer, 2 Eßlöffel Öl, 2 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, Salz, Priſe Zucker.

Blumenkohl putzen, in kochendem Salzwaſſer nicht zu weich kochen, die Röschen ablöſen, mit der Salatſoße übergießen und durchziehen laſſen. Die Röschen vor dem Übergießen möglichſt in Blumenkohlform zuſammenſetzen.

Sauerkrautſalat.

Rohes Sauerkraut wird wie jeder andere Salat mit Zwiebeln angemacht. Man kann anſtatt Eſſig, Zitronenſaft oder auch Weißwein nehmen. Will man den Salat zu Fiſch geben, ſo gibt man etwas feingeriebenen Meerrettich oder auch Äpfel dazu.

Gemiſchter Gemüſeſalat (mit Blaukraut).

Blaukraut (Rotkraut) und grüner Salat (Kopf- oder Endivienſalat) werden feinnudelig geſchnitten, jedes für ſich in eine Schüſſel gegeben und mit etwas Salz und Zitronenſaft gemiſcht. In einem anderen Geſchirr macht man auf dieſelbe Weiſe kleine, gekochte oder rohe Blumenkohlröschen an. Nun wird das Blaukraut in der Mitte einer Salatſchüſſel bergartig angehäuft, rundherum kommt der grüne Salat und obenauf der Blumenkohl. Darüber gießt man nun eine würzige Salatſoße von Eſſig, feinen Zwiebeln, Peterſilie oder Schnittlauch und nach Belieben auch etwas Pfeffer. Nach Gutdünken kann man den grünen Salat noch mit halbierten oder geviertelten gekochten Eiern garnieren.

Blumenkohlſalat auf verſchiedene Art.

Den nicht ganz weich gekochten Blumenkohl teilt man in kleine Röschen, welche man dann mit Eſſig und Öl, Salz, Pfeffer anmacht.

Oder:

Man rührt eine Mayonnaiſe, gibt zu dieſer etwas Tomatenmark, gießt alles über den ganz gelaſſenen Blumenkohl und ſtreut darüber noch fein geriebenen Meerrettich oder Äpfel. Nach Belieben kann man beides darüberſtreuen.

Spargelſalat. ½ bis ¾ Kilo Spargeln, Salzwaſſer, 2 Eßlöffel Öl, 2 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, Salz, Priſe Pfeffer, Schnittlauch.

Die Spargeln putzen, je nach Güte in Stangen laſſen oder in Stücke ſchneiden, in Salzwaſſer weichkochen, auf einer Platte gleichmäßig anrichten, mit der Salatſoße übergießen, einige Stunden durchziehen laſſen, beim Auftragen mit Schnittlauch beſtreuen.

Hopfenkeimſalat.

Die geputzten Hopfenkeime in Salzwaſſer abkochen und wie Spargelſalat anmachen.

Mailänder Salate.

Man kocht Linſen und Bohnen und läßt ſie, ohne abzuſchütteln, abkühlen. Gekochte Kartoffeln und Sellerie ſchneidet man in Scheiben. Nun werden Bohnen, Linſen, Sellerie und Kartoffeln, jedes für ſich, mit Eſſig, Öl, Salz angemacht und als kleine Häufchen auf die Schüſſel gegeben. Darüber gießt man ebenſolche Häufchen von Kopf- und Endivienſalat oder Ackerſalat. Das Ganze wird nun garniert mit Stücken von Hering, Aal uſw., geviertelten Eiern, kleinen Eſſigzwiebeln (Schalotten), zu Ringen gedrehten Sardellen, Öloliven und halbierten Sardinen. In die Sardellenringe gibt man Kapern, Rote Rüben-Salat, gehacktes Eigelb und das Weiße vom Ei und Kaviar. Nach Belieben kann man auch noch farbiges, klein ausgeſtochenes Aſpik dazu geben. — Es empfiehlt ſich, den grünen Salat erſt kurz vor dem Anrichten anzumachen, da er ſonſt zuſammenfällt.

Ruſſiſcher Salat. Zutaten: 55 Gramm Schinken, 55 Gramm Kalbsbraten oder Geflügelreſte, 55 Gramm Zunge, 55 Gramm Hummer, 55 Gramm Sardellen, 55 Gramm Trüffel, 55 Gramm Champignons, 55 Gramm Eſſiggurken, 55 Gramm Kapern, je 55 Gramm gekochte Gemüſe, wie Bohnen, Erbſen, Karotten, weiße Rüben und Kartoffeln, 2 knappe Eßlöffel Weineſſig. — Zur Mayonnaiſe: 3 Eigelb, ½ Liter Olivenöl, 1 knappen Eßlöffel Eſſig, 1 Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 Teelöffel Senf, einige Tropfen Maggis Würze.

Alle Zutaten werden in 1 cm große Würfel geſchnitten, vorſichtig mit etwas Weineſſig gemengt und unter die vorher gerichtete Mayonnaiſe gezogen. Man füllt den Salat in Muſcheln oder in eine Kriſtallſchale, überzieht ihn mit etwas zurückbehaltener Mayonnaiſe und verziert ihn je nach dem Gebrauch mit Oliven, Krebſen, hartgekochten Eiern, Fleiſchgelee und dergleichen und reicht den Salat als Vorſpeiſe oder kalten Zwiſchengang oder zu kalten Braten und dergleichen.

(Dieſe Menge verteilt man in 10 Muſcheln.)

Sylveſterſalat.

Grüne Erbſen, Bohnen, Blumenkohl und Roſenkohl werden in Salzwaſſer weich gekocht; Weiße Rüben (Waſſerrüben) und Gelbe Rüben, würfelig geſchnitten, werden in Fleiſchſuppe weichgedämpft; Räucher- oder Pökelzunge und Sardellen fein geſchnitten, würfelig geſchnittene kalte Kartoffeln und ausgelöſtes Krebsfleiſch dazugegeben, alles miteinander gemiſcht und dann mit feiner Mayonnaiſe, in die man etwas Aſpik gegeben und gut gewürzt hat, angemacht. Nun wird eine flachrunde, gedeckelte Form fingerdick mit Aſpik ausgegoſſen, darauf garniert man ein ſchönes Muſter von kleinen oder halben Eſſiggurken, halben oder geviertelten harten Eiern und Trüffelſcheiben, füllt den Gemüſeſalat hinein, verſchließt die Form und bedeckt ſie mit Eis. Nach 2 Stunden, aber nur ganz kurz vor dem Anrichten, nimmt man die Form aus dem Eis, ſtürzt alles auf eine paſſende Platte und ſerviert gleich.

Gemiſchter Salat.

Gekochte Linſen, Bohnen, Kartoffeln, Gelbe Rüben und etwas Sellerie, die beiden letzteren blätterig oder nudelig geſchnitten, verarbeitet man zu Salat und häuft ihn in die Schüſſel. Nun macht man grünen Ackerſalat (Feld- oder Vogerlſalat) an, garniert damit zierlich auf die Salatunterlage, worauf man noch mit halbierten oder geviertelten, hartgekochten Eiern belegt.

Warſchauer Salat.

Hartgekochte Eigelb werden fein paſſiert und mit Eſſig, Öl, einer Kleinigkeit Senf (nach Geſchmack mehr) verrührt. Dann werden Rote Rüben, Sellerie, Eſſiggurken, Äpfel, Kartoffeln und ein Hering feinwürfelig geſchnitten, etwas Kapern dazugegeben, wenn man hat, etwas von der Rote Rüben-Brühe (Eſſigbrühe).

Man miſcht nun alles mit dem verrührten Eigelb zuſammen, ſchmeckt es ab und richtet es bergartig in der Schüſſel an. Darauf garniert man mit kleinen Röschen von gekochtem Blumenkohl, mit Sardellen, die man in Ringe dreht und mit Kaviar füllt, mit Aal, Pignolen und Oliven.

Ochſenmaulſalat. ¾ Kilo Ochſenmaul, 2½ Liter Waſſer, Salz, Suppengrün, Zwiebeln, 5 Eßlöffel Eſſig, 3 Eßlöffel Öl, Salz, Pfeffer, ½ Zwiebel.

Das gut gereinigte Ochſenmaul wird mit Zwiebeln, Suppengrün und ½ Lorbeerblatt einige Stunden in Salzwaſſer weichgekocht. Wenn die Knochen ſich herausziehen laſſen, entbeint man es, läßt es erkalten und ſchneidet es in dünne Scheiben. Dann begießt man dieſe mit Weineſſig und läßt den Salat am beſten 1 bis 2 Tage unter öfterem Durchſchütteln durchziehen. Vor dem Anrichten miſche man ihn mit Öl, Pfeffer, Salz und geriebenen Zwiebeln.

Fleiſchſalat (Reſteverwertung).

Reſte von gekochtem oder gebratenem mageren Fleiſch in Stifte ſchneiden, ebenſo Salzgurken und nach Belieben Rote Rüben. Mit feingeſchnittenen oder geriebenen Zwiebeln, etwas Bratenſoße und einer Salatſoße oder Mayonnaiſe anmachen. Als Abendeſſen zu Bratkartoffeln.

Heringsſalat.

Gekochte, geſchälte Kartoffeln und etwa das Drittel der Kartoffeln an Sellerie werden in Scheiben geſchnitten und mit Ackerſalat in eine Schüſſel gegeben. Darüber gibt man einige Eßlöffel Suppe, in der man 1 bis 2 Maggi-Suppenwürfel oder 1 Löffel Maggiwürze gelöſt hat, oder einige Löffel guten Bratenſaft, dazu noch 1 Löffel Kapern, etwas Salz und 1 Teelöffel voll Senf, worauf man alles gut miſcht. Dann ſchneidet man einen marinierten Hering, ein hartes Ei und einen kleinen Apfel ganz fein, gibt es zum Ganzen und macht alles mit Olivenöl und Eſſig nach Geſchmack an.

Heringsſalat II. 1½ Kilo Kartoffeln, 1 bis 2 Heringe, 1 Teelöffel geriebene Zwiebeln, $^3/_8$ Liter heißes Waſſer oder Fleiſchbrühe, (1 Apfel, gerieben), Priſe Pfeffer, 3 Eßlöffel Eſſig oder Zitronenſaft, 4 Eßlöffel Öl, Maggi-Würze.

Die Heringe wäſſern, putzen, in Würfel ſchneiden, mit dem geriebenen Apfel unter den bereiteten Kartoffelſalat mengen. Hat man Heringsmilch, ſo treibt man ſie durch ein feines Sieb und gibt ſie unter den Salat.

Salate von gebratenen oder gekochten Fiſchen.

Von Fiſchreſten oder friſch bereiteten Fiſchen löſt man die Gräten, ſchneidet das Fleiſch in fingerdicke Würfel, miſcht es mit kalter Senfſoße, in die man verſchiedene feine Kräuter gegeben hat, häuft dann alles bergartig in eine Schüſſel und garniert es zierlich mit in Eſſig gelegten Champignons, Sardellen, Kapern, geviertelten Eiern, grünem Salat und Zitronenſcheiben.

Oder:

Man ſchneidet die verſchiedenen Fiſche oder Reſte derſelben in gleich große Stücke, bereitet dann eine Miſchung von Eſſig, Öl, fein geſchnittenen Zwiebeln und Eſtragon und 1 Priſe Pfeffer, macht damit den Fiſchſalat an und garniert ihn dann mit Kieler Sprotten, Sardinen, gefüllten Oliven, Kapern, fein gehackten Eiern, grünem Ackerſalat uſw.

Sardinenſalat.

Die Reſte eines gekochten Fiſches werden entgrätet, damit der Boden einer Schüſſel belegt, damit in Scheiben geſchnittene Eſſiggurken, einige entkernte Oliven und Kapern gegeben, darauf eine Lage feiner Zervelatwurſtſcheiben, dann eine Scheibe rohen oder gekochten Schinkens und dann eine Lage entgräteter Sardinen. Das garniert man mit grünem Salat, geviertelten Eiern und übergießt es dann mit einer Miſchung von Eſſig, Öl und Pfeffer. Statt Eſſig kann man auch Zitronenſaft nehmen.

Polniſcher Fiſchſalat.

3 bis 4 geputzte, gewäſſerte Heringe, einige Äpfel und das Doppelte an Kartoffeln wird feinwürfelig geſchnitten und mit feiner Zwiebel, Eſſig, Öl, Salz und Pfeffer angemacht.

Obſtſalate

Obſtſalate. (Amerikaniſcher Fruchtſalat). 2 Birnen, 125 Gramm Kirſchen, 2 Äpfel, 3 Bananen, 2 Orangen, 60 Gramm Nußkerne, 125 Gramm Erdbeeren, 1 kleine Doſe Ananaswürfel, 1 Glas Mayonnaiſe.

Birnen, Äpfel, Bananen und Orangen ſchälen und in dünne Scheiben ſchneiden. Gedämpfte oder eingemachte Kirſchen, Ananaswürfel, Erdbeeren und geteilte Nußkerne oder Haſel-, Erdnüſſe oder ſüße Mandeln damit vermiſchen, mit einer Mayonnaiſe bedecken und mit Kirſchen oder Erdbeeren verzieren. Man kann natürlich auch eine andere Zuſammenſtellung wählen, und z. B. Pfirſiche, Aprikoſen, gedämpfte Stachelbeeren u. a. zufügen. Oft wird auch die Mayonnaiſe beſonders zu den gemiſchten Früchten gereicht oder auch ganz damit vermiſcht und in den leeren Bananenſchalen oder in großen Salatblättern angerichtet.

Erdbeeren auf amerikaniſche Art. 6 Ananasſcheiben, 1 Eßlöffel Süßwein, 375 Gramm Erdbeeren.

Ananasſcheiben aus 1 Büchſe längs teilen, mit Südwein beträufeln und im Kranz auf eine Glasplatte legen. In die Mitte die eingezuckerten Erdbeeren bergartig anhäufen. Eisgekühlt mit Schlagſahne (Schlagrahm) ſervieren.

Schwedenfrüchte. 625 Gramm gemiſchte Früchte, ½ Liter ſüßer Rahm.

Aus allerlei Obſtſorten, je nach der Jahreszeit, Kompott bereiten, die Soße dick einkochen oder mit einem Blatt aufgelöſter Gelatine verrühren, in einer Kompottſchüſſel alles vermiſchen und recht kalt ſtellen. Eisgekühlten ſüßen Rahm in einem Glaskännchen reichen.

Gefüllte Melone. 1 kleine Melone, 2 Eßlöffel Kognak, 2 Eßlöffel Zucker, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Birne, 1 Apfel, 2 Pfirſiche, 2 Aprikoſen, 2 Bananen, 1 Eßlöffel Johannisbeergelee.

Die Melone halbieren und aushöhlen. Das Ausgehöhlte in dünne Scheiben ſchneiden, dieſe mit Kognak und Zucker tränken und die in dünne Scheiben geſchnittenen übrigen Früchte zufügen. Mit dieſer Miſchung die Melone füllen und am beſten auf Eis ſtellen.

Melonenſalat. ½ Kilo Melone, 1 Priſe Salz, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel Öl.

Die reife Melone in kleine Stücke ſchneiden, etwas ſalzen und mit Zitronenſaft und Öl vermiſchen.

Orangenſalat.

Orangen in Scheiben ſchneiden, ganz wenig ſalzen, ⅛ Liter ſauren Rahm, Saft ½ Zitrone, 1 Eßlöffel Öl, 1 Eßlöffel Zimt.

Feſtlicher Fruchtſalat.

In die Mitte einer flachen Glasſchale häuft man bergartig einen Fruchtſalat aus Äpfeln, Birnen, Bananen und Orangenſcheibchen, den man mit etwas Honig geſüßt und dem Saft ½ Zitrone und etwas Rahm gemiſcht hat. Datteln und Feigen hat man inzwiſchen in längliche Streifen geſchnitten und an 4 Stellen der Schale flach angelegt bis zum Rand. Den Zwiſchenraum füllt man nun mit Weizenflocken oder Puffreis, über die Datteln und Feigen ſtreut man noch gemahlene Nüſſe und über das Ganze arrangiert man ungeſüßten Schlagrahm.

Pikanter Fruchtſalat.

4 Äpfel, 4 Bananen, Orangen und 1 Stück Ananas werden mit Mayonnaiſe zuſammen gemiſcht. Zur Garnierung verwendet man Tomatenſcheiben und grüne Salate und Häufchen von Puffreis. Dieſer Salat iſt im überſeeiſchen England beliebt.

Bananen- und Apfelſchaum.

5 bis 6 Bananen werden mit der Gabel zerdrückt und zu Mus gerieben, dann mit Schlagſahne gemiſcht, mit Vanillezucker und etwas Zimt gewürzt und in die Mitte einer flachen Glasſchale gehäuft. Dann reibt man 1 Kilo ſchöne, ſüßſäuerliche Äpfel auf der Glasreibe, gibt 1 Taſſe Reisflocken hinzu und den Schnee von 3 Eiern (oder ¼ Liter geſchlagenen ungeſüßten Rahm), miſcht alles gut zuſammen und häuft dieſen Apfelſchaum um die Bananen. Als Abſchluß legt man einen Kranz von Traubenroſinen oder friſchen klaren Weinbeeren um die Speiſe. Iſt die flache Schale groß genug, ſo legt man in die Ecken Häufchen von Weizenflocken und an die Seiten Häufchen von Pinienkernen.

Apfelſchaum, andere Art.

1 bis 2 Eiweiß mit 8 bis 10 gebratenen paſſierten Äpfeln mindeſtens ½ Stunde ſchlagen, nach Geſchmack zuckern.

Eintopfgerichte und Zuſpeiſen

Pickelſteiner. ½ Kilo Ochſen-, Schweine- und Kalbfleiſch zu gleichen Teilen, 20 Gramm Ochſenmark, 1 Kilo Kartoffeln, 1 kleiner Wirſingkopf, ¼ Kilo Gelbe Rüben, ¼ Sellerieknollen, 1 kleine Zwiebel, 1 Eßlöffel Salz, Pfeffer, 1 Teelöffel Peterſilie, ¾—1 Liter Fleiſchbrühe oder Waſſer.

Das gewaſchene und geklopfte Fleiſch (am feinſten wird Pickelſteiner, wenn man nur Filet nimmt!) in 3 bis 4 Zentimeter große Würfel ſchneiden, die Kartoffeln etwas größer. In eine gut ſchließbare Kaſſerolle, am beſten in den Dampf-(Rekord)-Topf gibt man das zerſchnittene Ochſenmark, dann eine Lage Kartoffeln, die man mit Fleiſchwürfeln bedeckt. Darauf ſtreut man Salz, Pfeffer, feingeſchnittenen Sellerie, nach Belieben auch etwas pulveriſierten Majoran (½ Teelöffel), Zwiebeln und Peterſilie, dann Kartoffelwürfel, Gelbe Rüben, in Streifen geſchnittenen Wirſing oder Weißkraut, Fleiſch, Gewürz uſw., belegt die letzte Lage mit Butterſtückchen, und gibt zum Schluß die Fleiſchbrühe oder Waſſer darüber. Der Topf wird feſt geſchloſſen, am beſten mit einem mit Mehlkleiſter beſtrichenen Papierſtreifen, den man um den Rand des Deckels klebt, damit kein Dampf entweichen kann. Auf kleinem Feuer läßt man das Gericht, ohne den Deckel zu öffnen, 2 bis 2½ Stunden dämpfen.

Gefüllter Schweinemagen (Pfälziſch). 1 Schweinemagen, ¾ bis 1 Kilo Kartoffeln, 1 Teelöffel Majoran, ½ Kilo Schweinefleiſch (Wammerl), 1 Teelöffel Zwiebeln, 10 Gramm Fett, Salz, Pfeffer, 20 Gramm Fett.

Einen Schweinemagen in warmem Salzwaſſer wäſſern, abtrocknen, mit wenig Salz innen und außen einreiben. Zwiebeln fein ſchneiden, in Fett hell dünſten. Die Kartoffeln, deren Menge von der Größe des Magens abhängt, in gleichmäßige kleinere Würfel ſchneiden, ebenſo das durchwachſene Schweinefleiſch. Die geröſteten Zwiebeln, 1½ Eßlöffel Salz, 1 Teelöffel Majoran und 1 Priſe Pfeffer unter die Kartoffeln und Fleiſchwürfel miſchen. Alles zuſammen in den Schweinemagen einfüllen, doch darf er nur zu $^4/_5$ voll ſein. Der Magen wird mit

Baumwollfaden zugenäht und 1¼ Stunden in ſchwach geſalzenem Waſſer gekocht, dann in Fett ringsum braun gebraten und mit grünem Salat und Krautſalat ſofort angerichtet. Man ſchneidet ihn in Scheiben auf.

Gefülltes Netz. 1 Kalbsnetz, ¼ Schweinemagenfülle, 20 Gramm Fett.

Man füllt das gut gereinigte Netz, kocht es in Salzwaſſer 1 Stunde und bäckt es in heißem Fett wie Fleiſch auf der Pfanne.

Fleiſchpudding. ½ Kilo Fleiſchreſte, 50 Gramm Speck, 2 Eier, 3 Semmeln, 1 Teelöfel Zwiebeln und Peterſilie, 3 Eßlöffel Bratenſoße oder Wein, 1 Eßlöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer.

Fleiſch und Speck fein verwiegen, Zwiebeln und Peterſilie dämpfen, die eingeweichten Semmeln ausdrücken, alles mit Eigelb, Bratenſoße und Gewürz gut miſchen und den ſteifen Eierſchnee darunter ziehen. Die Maſſe in eine vorbereitete große Puddingform füllen und im Waſſerbad 1 Stunde kochen. Auf eine runde Platte ſtürzen und mit Gemüſe verzieren. Vorbereiten der Puddingform, reichlich mit Butter oder Fett ausſtreichen, mit feingeriebenen Semmelbröſeln ausſtreuen.

Bauernfrühſtück. 125 Gramm Speck, 3 große Zwiebeln, 300 bis 400 Gramm Kartoffeln, 4 bis 5 Eier, 1 Teelöffel Waſſer, ½ Teelöffel Salz.

Speck und Zwiebeln in Würfel, die Kartoffeln in Scheiben ſchneiden. Man läßt den Speck ausbraten, die Zwiebeln darin gelb werden und brät die Kartoffeln darin zu ſchöner Farbe. Darüber ſchüttet man eine Rühreimaſſe von 4 bis 5 Eiern, die mit Salz und etwas Waſſer verquirlt ſind, und läßt ſie unter Rühren dicklich werden. Sofort in heißer Schüſſel auftragen.

Schinkennudeln oder Makkaroni. 375 Gramm Nudeln, (375 Gramm Makkaroni), 125 bis 250 Gramm Schinken, 3 Eßlöffel geriebenen Käſe, ½ Teelöffel Salz, 3 Eßlöffel dicken ſauren Rahm (Milch), 30 Gramm Butter, 2 Eßlöffel Semmelmehl.

Die Nudeln in Salzwaſſer abkochen und abſchütten. In eine vorbereitete Auflaufform eine Lage Nudeln geben, dann fein verwiegten Schinken, geriebenen Käſe, Rahm oder Milch und Salz, dann wieder Nudeln, Schinken uſw. Auf die letzte Lage (Nudeln) Semmelmehl und Butterflöckchen ſtreuen und den Auflauf in gut heißem Ofen ¾ Stunden backen. Verfeinert wird die Speiſe, wenn man obenauf Eier mit dickem ſaurem Rahm vermiſcht, gießt, worauf man Semmelmehl und Butterſtückchen ſtreut.

Schinkenblumenkohl. 1 Kopf Blumenkohl, Salzwaſſer, 30 Gramm Butter zum Streichen, 40 Gramm Butter, 40 Gramm Mehl, ½ Liter Milch, Semmelmehl, 1 Teelöffel Salz, 60 Gramm Schinken, 10 Gramm Butterwürfel, 1 Eigelb, 1 Eßlöffel geriebenen Käſe.

Blumenkohl putzen, waſchen, ½ Stunde in Salzwaſſer legen, in Salzwaſſer nicht ganz weich kochen. Von Butter, Mehl, Milch und Salz eine Butterſoße herſtellen, ½ Stunde kochen laſſen. In einer Auflaufform, feuerfeſten Platte oder in kleinen Förmchen, die mit Butter geſtrichen ſind, die Röschen verteilen, unter die Soße Eigelb und den gewiegten Schinken miſchen und den Blumenkohl damit bedecken. Parmeſankäſe, Semmelmehl und Butterflöckchen darüberſtreuen und die Speiſe ¾ Stunden im heißen Ofen aufziehen.

Schinkenreis. 375 Gramm Reis, 2 Eßlöffel Salz, 150 Gramm Schinken, ½ Liter Milch oder Rahm, 3 Eßlöffel geriebenen Käſe, ½ Teelöffel Salz, 30 Gramm Butterwürfel, 2 Eßlöffel Semmelmehl.

Zubereitung wie Schinkennudeln.

Schinkenkartoffeln. 1¼ Kilo gekochte Kartoffeln, 150 Gramm Schinken, 1 Eßlöffel Salz, 40 Gramm geriebenen Käſe, ½ Liter Milch, oder ſauren Rahm, 2 Eßlöffel Semmelmehl, 10 Gramm Butterwürfel.

Gekochte geſchälte Kartoffeln in Scheiben ſchneiden, abwechſelnd mit feingewiegtem Schinken (Rauch- oder Salzfleiſch) lagenweiſe in eine vorbereitete Auflaufform geben. Zwiſchen die Lagen geriebenen Käſe, Salz und Milch oder beſſer ſauren Rahm geben. Obenauf Kartoffeln, Semmelmehl und Butterflöckchen. ¾ bis 1 Stunde backen.

Spaniſche Makkaroni.

2 feingewiegte Zwiebeln in ½ Taſſe Butter dünſten, bis ſie hellbraun ſind, ¼ Liter Tomatenbrühe, 1 Zehe fein gewiegten Knoblauch, Salz und 2 gewiegte Schoten roten Pfeffer dazugeben und dieſe Maſſe bis auf die Hälfte einkochen. Mittlerweile wird 1 Taſſe Makkaroni in viel kochendem Waſſer weichgekocht, dann in kaltem Waſſer geſchwenkt. Man gibt in eine gebutterte Form immer 1 Lage Soße, 1 Lage Makkaroni, 1 Lage geriebenen Käſe. Zuletzt muß Soße obenauf ſein. Backen: etwa ½ Stunde im Rohr.

Spaniſches Fricco. ½ bis ¾ Kilo Fleiſch, 1 Kilo Kartoffeln, 1½ Eßlöffel Zwiebeln, 1 Eßlöffel Salz, Pfeffer, (1½ Lorbeerblatt), 25 Gramm Butterwürfel, ½ Taſſe ſauren Rahm oder Milch.

Ochſenfleiſch (Schwanzſtück), Schweinefleiſch (Schlegel) oder Hammelfleiſch zu gleichen Teilen klopfen, waſchen und in 4 bis 5 Zentimeter große Stücke teilen. Kartoffeln waſchen, ſchälen und in Blättchen ſchneiden und in kochendem Salzwaſſer kurz brühen. In eine vorbereitete Puddingform oder 1 Schmortopf lagenweiſe Kartoffelblättchen, Fleiſchſtücke, Salz, Pfeffer, fein gewiegte Zwiebeln und Butterſtückchen, Kartoffeln uſw. geben, bis die Form voll iſt. Auf die letzte Lage ſauren Rahm und etwas Fleiſchbrühe, oder kochendes Waſſer, oder Bratenſoße. Man ſchließt die Form oder den Topf feſt und läßt 2 Stunden im Waſſerbad kochen, d. h. auf kleinem Feuer ſchmoren.

Krautwickel. Zutaten wie zu Krautpudding.

Man bereitet alle Zutaten wie zu Krautpudding vor. Auf ein halbes, großes oder ein kleines halbweiches Krautblatt gibt man 1 Eßlöffel Fleiſchfülle, wickelt das Blatt zuſammen und ſchneidet die Enden zu. Den Abfall wickelt man mit der Fülle in das nächſte Blatt. Dann legt man die Wickel in eine Bratpfanne mit heißem Fett, belegt ſie mit Butter, übergießt ſie mit Brühe und läßt ſie ſchön braun werden.

Krautpudding. 1 mittlerer Krautkopf, 375 Gramm gehacktes Schweinefleiſch, 2 Semmeln, 1 bis 2 Eier, 1 Eßlöffel Zwiebeln und Peterſilie, Salz, 40 Gramm Butter.

Die größten Krautblätter ablöſen, das Dicke der Rippen abflachen, waſchen. Die Blätter in kochendem Salzwaſſer einige Minuten abwellen, abtropfen laſſen. Das übrige Kraut vorbereiten, weichkochen, abſchütten und verwiegen. Zwei beſtrichene Puddingformen mit den Krautblättern belegen und eine Lage Kraut einfüllen. Etwas Salz darauf ſtreuen und eine Lage Fleiſchfülle, wieder Kraut und ſo fort, bis die Formen entſprechend gefüllt ſind. Die letzte Lage wird vom Kraut gebildet. Die Fülle beſteht aus gehacktem Schweinefleiſch, eingeweichten Semmeln, Eiern, gedämpften Zwiebeln, Salz und Pfeffer. Man kocht den Pudding 1½ Stunden lang im Waſſerbad. Als Beilage gibt man eine Butter- oder Rahmſoße oder eine Holländiſche Soße.

Krautkopf, gefüllt. 1 mittlerer Krautkopf, 3 Liter Salzwaſſer, Fleiſchbrühe. Zum Braten: 50 Gramm Fett, ¾ Liter Fleiſchbrühe.

Fleiſchfülle und Krautkopf genau wie bei Krautpudding vorbereiten. In eine tiefe, runde Schüſſel kreuzweiſe 8 gebrühte Schnüre legen, die lang genug ſein müſſen, um ſpäter den Krautkopf oben zuſammenbinden zu können. Darauf legt man 6 abgewellte Krautblätter ſo, daß die Spitzen nach unten ſchauen, ſtreicht abwechſelnd Fleiſchfülle, verwiegt es darauf und ſchließt die letzte Lage mit einem Krautblatt ab. Dann knüpft man die Schnüre oben zuſammen, ſetzt den Krautkopf, die Öffnung nach unten, in eine Pfanne mit heißem Fett, brät ihn auf allen Seiten braun an, und dämpft ihn mit Fleiſchbrühe (Knochenbrühe) unter öfterem Begießen im heißen Backofen 1 Stunde. Statt Fleiſch kann man auch gedämpfte Pilze verwenden.

Spinatpudding. ½ Kilo Spinat, 50 Gramm Butter, ¼ Kilo Fleiſchreſte mit Speck, 2 bis 3 Semmeln, 1 Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, 2 bis 3 Eier, Pfeffer, Salz, Muskatnuß.

Der vorbereitete und in Salzwaſſer abgewellte oder rohverwiegte Spinat wird mit Zwiebeln und Peterſilie in 20 Gramm Butter gedämpft. Die übrige Butter gut verrühren, mit dem Eigelb, den eingeweichten, gut ausgedrückten Semmeln, dem Fleiſch, Pfeffer, Salz und Muskat vermiſchen, Spinat und das zu Schnee geſchlagene Eiweiß daruntergeben. Man ſtreicht eine Puddingform gut mit Butter, füllt die Maſſe ein und kocht den Pudding 1¼ bis 1½ Stunden.

Spinatauflauf mit Kartoffeln.

Kartoffeln werden gekocht und dann paſſiert. Dann gibt man etwas Butter oder Fett, einige Eigelb, Salz, Pfeffer, Muskatnuß, einige Eßlöffel Mehl, in Butter gedünſteten Spinat ſowie den Eierſchnee dazu und bäckt das Ganze in einer Form. Vor dem Anrichten beſtreut man den Auflauf mit geriebenem Käſe. Man kann anſtatt Kartoffeln auch eingeweichte Semmeln, Reis, Grieß oder Maismehl nehmen.

Wirſingpudding.

Man dünſtet 3 mittlere Wirſingköpfe weich und paſſiert dieſelben. Dann rührt man 4 Eigelb mit 70 Gramm Butter ſchaumig und miſcht es mit 2 bis 3 Löffeln feingeſchnittenem Schinken und ebenſo viel Mehl und dem Schnee der 4 Eiweiß zu dem Kohl, füllt die ganze Maſſe in eine mit Butter ausgeſtrichene Form und kocht ½ Stunde im Waſſerbad.

Karotten-Auflauf.

Etwa 400 Gramm Gelbe Rüben werden geſchnitten und mit Rindsſuppe weich gedünſtet, paſſiert, ausgekühlt, mit 1 Stück Butter in eine Kaſſerolle gegeben, gepfeffert, geſalzen, mit etwas Mehl beſtreut, noch mit Suppe vergoſſen und aufwallen laſſen. Dann verrührt man die Maſſe mit 4 Dottern und dann mit dem Schnee der 4 Eiweiß, gibt ſie in eine mit Butter ausgeſtrichene Backform und bäckt bei geringer Hitze ¼ Stunde.

Auflauf von Blumen- und Roſenkohl

bereitet man auf dieſelbe Weiſe wie den oben angegebenen Spinatauflauf, nur nimmt man ſtatt Kartoffeln eingeweichte Semmeln oder Reis. Bei Roſenkohl werden die großen Köpfchen paſſiert und die kleinen ganz hineingegeben. Bei Blumenkohl werden die Strünke paſſiert und die Blumen ganz hineingegeben.

Reis mit Pilzen. ¼ Kilo Reis, ½ Kilo Pilze, Salz, 80 Gramm Butter, Peterſilie.

½ Kilo Stein- oder Eierpilze putzen, waſchen, in Scheiben oder Stücke ſchneiden und in Butter hell dämpfen. Den gewaſchenen und überbrühten Reis, Salz und feingehackte Peterſilie ſowie Suppenbrühe oder Waſſer dazugeben und weichkochen.

Riſotto. ¼ Kilo Reis, 40 Gramm Butter, 2 kleine Zwiebeln, 1 Liter Fleiſchbrühe, ½ Eßlöffel Salz, Priſe Paprika, 40 Gramm Butter, 20 Gramm Parmeſankäſe.

Die feingeſchnittenen Zwiebeln und nach Belieben etwas in Streifen geſchnittenes Wurzelwerk in Butter dünſten, bis die Zwiebeln glaſig ſind, den gewaſchenen und getrockneten Reis zugeben, mitdünſten laſſen. Nach 10 Minuten die Fleiſchbrühe darüber geben, abſchmecken und langſam das Gericht weich werden laſſen. Der Reis ſoll ganz und körnig ſein. Butter, geriebenen Käſe beim Anrichten daruntermengen. Verfeinert wird der Riſotto, wenn man übriges Hühner- oder Taubenfleiſch oder Kalbsbries fein geſchnitten daruntergibt.

Tomatenreis. ¼ Kilo Reis, ¼ Liter Tomatenmark, Salz, 2 bis 4 Eier, 2 Maggis Fleiſchbrühwürfel.

Den Reis nach Vorſchrift kochen, zum Ablaufen auf ein Sieb ſchütten. Eier und Tomatenmark verquirlen, mit den aufgelöſten Maggiwürfeln würzen. In eine vorbereitete Form füllen und das mit Ei gemiſchte Mark darübergeben. Einziehen laſſen, Semmelmehl und Butterflöckchen darüberſtreuen und das Gericht ½ Stunde in den heißen Backofen ſtellen. Nimmt man ſtatt Tomatenmark friſche Tomaten, ſo wäſcht, zerſchneidet und kocht man ſie im eigenen Saft und gibt ſie durch ein Sieb. Man verwendet das gewonnene Mark wie Büchſenmark.

Amerikaniſche Rezepte für Zuſpeiſen.

Karotten à la Poulette.

8 mittelgroße Karotten werden im ganzen geſchabt und gewaſchen, dann in runde Scheibchen geſchnitten und in ſiedendem Waſſer, dem geraſpelte Zwiebeln, Pfeffer und Salz beigefügt ſind, weich gekocht. Abſeihen. In einer Pfanne wird von 1 Eßlöffel Mehl und 2 Eßlöffel Butter eine leichte Einbrenne gemacht. Die Karotten werden darangegeben, umgerührt. Vor dem Anrichten gibt man 2 gut verrührte Eidotter daran. Umrühren, bis die Eier angezogen haben, dann ſervieren.

Karotten-Savory.

¼ Kilo dünn geſchnittene Winterkarotten in kochendem Waſſer, dem je 1 Teelöffel Zucker und Salz beigefügt wurden, kochen. 2 Zwiebeln ſehr fein wiegen und in 3 Eßlöffel Butter oder Fett anlaufen laſſen. 4 Eßlöffel Mehl daran geben und einige Zeit dünſten, bis es ſchön gelb iſt. Hierauf 2 Taſſen Fleiſch- oder Würfelbrühe langſam darunter rühren. 1 Priſe Cayenne-Pfeffer, Paprika, Salz und Zitronenſaft dazugeben und unter ſtändigem Rühren aufkochen. Auf eine heiße Platte werden gebutterte Toaſts gelegt und die Karotten darüber geſchüttet. Sehr heiß ſervieren!

Blumenkohl mit Pilzen.

Ein Kopf Blumenkohl wird in ziemlich große Stücke geteilt und in Salzwaſſer weichgekocht. Durchſeihen und die Stücke, auf einer heißen Platte angerichtet, auf gebutterte Toaſts legen und folgende Soße darüber geben: Die Pilze werden fein aufgeſchnitten, bei Konſerven mit dem Saft, bei friſchen mit etwas Blumenkohlwaſſer und 2 Eßlöffel Butter in einen Topf getan. Dünſten, bis die Pilze weich ſind. Hierauf gibt man ½ Taſſe Rahm dazu, läßt aufkochen und verdickt mit einer aus 2 Eßlöffel Butter und 2 Eßlöffel Mehl gemachten Einbrenne, gibt Salz und Pfeffer daran.

Kroketten aus Paſtinak.

Waſche und zerkleinere 4 mittlere Paſtinake und koche ſie in Salzwaſſer, dem etwas Zitronenſaft beigefügt wurde, ganz weich. Seihe ſie ab, zerſtampfe und paſſiere ſie. Dann gib 1 Eßlöffel Butter, Pfeffer, Paprika und 1 ganzes, verſchlagenes Ei dazu. Verrühre dann die Maſſe über dem Feuer, bis ſie ſchaumig iſt, dann ſchütte ſie auf eine Platte zum Abkühlen. Wenn erkaltet, ſchneide kleine Kuchen oder Kroketten davon, kehre ſie in Bröſeln, dann in Ei und dann wieder in Bröſeln um und backe ſie in reichlich Fett, bis ſie hellbraun ſind.

Gebackene Peterſilie.

Waſche 1 Bündel Peterſilie, zerpflücke es in kleine Zweiglein und lege ſie aufs Eis, damit ſie ſich kräuſeln. Teile 1 Ei. Zu dem geſchlagenen Eigelb gib 2 Eßlöffel Mehl und 1 Eßlöffel Waſſer. Tauche die Peterſilienzweige in den Teig und backe ſie in ſchwimmendem Fett, bis ſie goldbraun geworden ſind. Eine gute Beilage.

Italieniſche Zwiebeleier.

Koche 2 Taſſen kleine Zwiebeln, bis ſie weich ſind, ſeihe ſie ab, gib Salz, Pfeffer und 1 Eßlöffel Butter daran. Fülle ſie in eine gebutterte Form. Schütte 4 gut verklopfte Eier in die Zwiſchenräume der Zwiebeln. Hierauf werden 6 Eßlöffel geriebener Käſe darauf geſchüttet. Die Maſſe wird im Rohr gebacken, bis die Eier feſt und der Käſe ſchön goldgelb iſt.

Fiſchgemüſe-Stew. Zutaten: 2 Eßlöffel Butter, Fett oder Öl. 3 mittlere Zwiebeln, gewürfelte Kartoffeln, 1 Löffel Mehl, 2 Taſſen gewürfelte Karotten, 2 Taſſen gewürfelte Weiße Rüben, 2 Taſſen gewürfelter Sellerie, 1 Lorbeerblatt, 2 Löffel gewiegte Peterſilie, ein wenig heißes Waſſer, einige dicke Fiſchſtücke, 2 Taſſen heiße Milch, 1 Löffel Worceſterſhireſoße, Salz, Pfeffer und Paprika.

Gib das Fett in einen Keſſel, wenn es gut vergangen iſt, füge die fein gewiegten Zwiebeln dazu, laß ſie einige Minuten dünſten unter fleißigem Umrühren, bis die Zwiebeln braun ſind, dann die in kleine Würfel geſchnittenen Kartoffeln, die Karotten, Rüben und den Sellerie, das Lorbeerblatt und die Peterſilie, dann gieße das heiße Waſſer, Salz, Pfeffer und Paprika, die Worceſterſhireſoße hinzu und dünſte es, bis die Gemüſe halb gar ſind. Dann gib den Fiſch dazu und nach 10 Minuten die Milch. Mache von dem Mehl eine helle Einbrenne und gib die gedünſtete Maſſe daran. Laſſe noch 3 bis 5 Minuten kochen. Dann ſervieren.

Makrele auf ſpaniſche Art. Zutaten: 1 mittlere Makrele, 2 Taſſen Brotkrumen, 1 kleine, gewiegte Zwiebel, 1 Löffel gewiegter Schinken, ½ Teelöffel geriebener grüner Pfeffer, 1 Teelöffel Sommergewürz, 3 Schnitten Schinken, Salz, einige Pfefferkörner.

Vermiſche die Brotkrumen, Zwiebeln, den gehackten Schinken, grünen Pfeffer und lege den zugerichteten Fiſch darauf. Lege es auf einen Fiſchroſt in der Bratpfanne und backe 30 Minuten unter fleißigem Fettaufgießen. Richte auf einer Platte an mit Scheiben grünen Pfeffer und Zitronen. Gib folgende Soße dazu: 2 Teelöffel geriebenen grünen Pfeffer, 4 Eßlöffel Mayonnaiſe und 3 Eßlöffel Chili-Soße. Gleich anrichten.

Feine Eintopfgerichte.

Karolinentopf.

Kleine Stückchen Fleiſch werden 2 bis 3 Stunden in Rotwein oder ſaure Milch gelegt, dann abgetropft, geſalzen, in Olivenöl getaucht und bei ſtarkem Feuer in der Pfanne gebraten.

Beim Anrichten gibt man braun gekochtes Sauerkraut in einen Topf, das man mit Kaſtanien gemiſcht hat; darauf gibt man nun das Fleiſch und darüber etwas Rahmtunke, die man aus der Bratenſoße und ſaurem Rahm geſtellt hat. — Man kann Bratkartoffeln dazu geben.

Jägertopf.

Kleine Fleiſchſtücke werden, wie oben angegeben, zubereitet, nur in friſcher Butter gebraten. Dann ſchmort man Pilze, gleich welcher Art, in Butter und Peterſilie, gibt dieſelben in einen Topf und richtet das Fleiſch darüber an. In der Soße werden einige Wacholderbeeren mitgekocht und darüber gegeben. Man gibt dazu Salzkartoffeln.

Ruſſiſcher Spezialtopf.

Fein geſchnittenes Schweinefleiſch wird ſchnell angebraten und in Tomatenſoße mit etwas Zitronenſaft weich gekocht. In Fleiſchbrühe weich gedünſtete Grütze gibt man nun in einen Topf, legt das Fleiſch darauf, bedeckt dasſelbe gut mit Soße und garniert das Ganze mit kleinen Gurken.

Buntes Eintopfgericht.

Reſte von Filetſpitzen werden ſchnell angebraten und mit der doppelten Menge Bratkartoffeln durchgeſchwenkt und ſogleich mit etwas Soße glaſiert, auf die man noch 1 Rührei und fein gewiegten Schnittlauch gibt.

Mailänder Spezialtopf.

Rind- und Hammelfleiſch ſchnell anbraten, wird in einem Topf auf Spaghetti mit Tomaten angerichtet. Man garniert das Ganze mit gefüllten Tomaten und gedämpften Gurken und ſerviert dazu noch Tomatenſoße.

Warſchauer Beefſteak im Topf.

Ein gebratenes Beefſteak aus verſchiedenen Fleiſchreſten richtet man in einem paſſenden Topfe auf Kartoffelbrei an, übergießt dasſelbe mit Rahmſoße, in die man feingeſchnittene Steinpilze gegeben und darin gekocht hat.

Athener Beefſteak im Topf.

Aus derſelben Maſſe, wie oben angegeben, macht man Klöße (Klopſe), drückt dieſelben etwas breit und brät ſie in Schmalz, richtet ſie dann in einem Topfe an, gibt Tomatenſoße darüber und einige fein geſchnittene Pfeffergurken.

Norderneyer Beefſteak im Topf.

Man macht Maſſe wie zu einem Deutſchen Beefſteak, nur nimmt man anſtatt Fleiſch Fiſchreſte, ſerviert dasſelbe in einem Topf über Reis oder Kartoffelbrei, gibt Tomatenſoße darüber und garniert das Ganze mit einigen hart gekochten Eiern.

Sächſiſches Beefſteak im Topf.

Von gekochtem oder gebratenem Kalb- oder Schweinefleiſch macht man eine Maſſe wie zu Deutſchbeefſteak und ſchmort dieſelbe in Frikaſſeeſoße fertig. Dann gibt man Nudeln in einen Topf, das Beefſteak darauf, darüber die Soße und, wenn man hat, einige Spargelköpfe.

Polniſche Reſteſpeiſe.

Zwiebeln läßt man in Schweineſchmalz anlaufen und gibt dann fertig gekochtes Sauerkraut dazu, ferner das Tomatenmark. Alle Gattungen von Fleiſchreſten gibt man in Würfel geſchnitten hinein und läßt das Ganze eine Zeit ziehen. — Man ſerviert Salzkartoffeln dazu.

Schnellküche (Sonntagsküche)

Wir beſprechen heute einige Vorſchläge für Sonntagmittag-Speiſezettel, die zu ihrer Fertigſtellung nicht mehr als 25 Minuten brauchen. Es iſt dabei vorausgeſetzt, daß mindeſtens einer der drei angegebenen Gänge — Vorgericht oder Nachgericht — ſchon tags vorher bereitet wurde. Das Vorgericht kann auch ganz weggelaſſen werden — es iſt mehr als Vorſchlag für beſonders feſtliche Gelegenheiten gedacht. Die Rezepte ſind für 4 Perſonen berechnet.

Immer ſoll es in der Küche ſchnell gehen, gut ſchmecken und wenig koſten. Iſt das nicht etwas viel verlangt? Ja! Aber trotzdem muß es gehen, beſonders am Sonntag, denn — was wäre wohl ein Sonntag, an dem ſich die Hausfrau abrackern muß! Die ganze Familie hätte darunter zu leiden, und zwar nicht nur am Sonntag ſelbſt, ſondern noch während der ganzen folgenden Woche, weil keine Hausfrau die Werktagsarbeit glücklich überſtehen könnte, ohne bei wohlverdienter Sonntagsruhe erſt neue Kräfte geſammelt zu haben. Es iſt alſo eine dringende Notwendigkeit, die Sonntagsarbeit auf ein Mindeſtmaß zu beſchränken. Deshalb braucht aber durchaus nicht etwa der Gaumen zu kurz kommen. Es iſt etwas ſo Schönes um die „Feinſchmeckerei", daß es unbedingt auch ein Programmpunkt der Hausfrau ſein ſollte, ſie nach Möglichkeit zu pflegen, ohne dabei gleich unerlaubt tief in den Geldbeutel zu greifen, und ohne ſich darum gleich zu überarbeiten. Es gibt ja ſo viele Möglichkeiten, ſchnell und gut zu kochen, — man muß nur verſtehen, die richtigen Zuſammenſtellungen zu finden und all die Gerichte aus dem Spiel zu laſſen, deren Zubereitung anſtrengend und zeitraubend iſt.

Der Zubiß zum Hauptgang z. B. beſteht in den meiſten Familien gewohnheitsmäßig immer aus Kartoffeln. Am Sonntag iſt man aber meiſt nicht zum Kartoffelſchälen aufgelegt. Da muß man alſo die Kartoffeln entweder ſchon am Samstag in der Kochkiſte vorkochen und dann ſchälen, ſo daß man ſie am Sonntag bloß ſchnell in Scheiben für Bratkartoffeln zu ſchneiden braucht, oder man verzichtet ganz auf ſie und erſetzt ſie durch tags zuvor gekochten Reis oder Nudeln, Makkaroni und dergleichen. Oft ſchmeckt auch zu der Fleiſchſoße ſchon eine Scheibe trockenes Brot ſehr gut.

Gefüllte Äpfel, Hammelſchnitten mit Kräuterſoße — Kalte Reisſpeiſe

Gefüllte Äpfel, 4 gute Eßäpfel, 125 Gramm italieniſcher Salat (auch Sellerie- oder anderer Gemüſeſalat iſt geeignet), 4 Eßlöffel Mayonnaiſe, etwas Peterſilie, ½ Liter Waſſer, 2 Eßlöffel Eſſig.

Die Äpfel ſchälen, halbieren, vom Kerngehäuſe befreien, auch etwas aushöhlen und in eine leichte Eſſigbeize legen. Herausnehmen, abtropfen laſſen und die Höhlungen mit Salat füllen. Mit Mayonnaiſe bedecken, mit fein gewiegter Peterſilie beſtreuen und auf großen Kopfſalatblättern anrichten.

Hammelſchnitten mit Kräuterſoße. 4 Hammelkoteletts, 40 Gramm Butter, 1 Eßlöffel fein gewiegte Kräuter (Peterſilie, Dill und dergl.), 1 Taſſe ſaure Sahne (ſaurer Rahm), 1 Eßlöffel Tomatenmark, 1 Teelöffel Moſtrich (Senf).

Die geſalzenen Fleiſchſtücke in Butter anbraten, nach 2 Minuten die fein gewiegten Kräuter zufügen. Nach weiteren 2 Minuten heiße zerlaſſene Butter, in der zuvor Sahne, Tomatenmark und Moſtrich aufgelöſt wurden, darüber gießen. Die Hammelſchnitten in der Soße anrichten.

Kalte Reisſpeiſe. ½ Liter Milch, 125 Gramm vom beſten Reis, 1 Eßlöffel Zucker, 1 Zitronenſcheibe, 2 Eßlöffel Sultaninen, 1 Päckchen Vanillinzucker, ⅛ Liter Schlagſahne (Schlagrahm), 2 Blatt Gelatine; nach Belieben Früchte.
Tags vorher zubereiten.

Den Reis in der Milch mit der Zitronenſcheibe und dem Zucker langſam ſteif dämpfen. Sultaninen und beliebige gekochte, abgetropfte Früchte (Stachelbeeren, Kirſchen, Aprikoſen, Pflaumen, Birnenſcheiben, Brombeeren, Apfel- und Bananenſcheiben oder dergl.) daruntermengen. Nach dem Erkalten mit Schlagſahne (Schlagrahm) vermiſchen und die in etwas Fruchtſaft gelöſte Gelatine darunterziehen.

Makrelen mit Sahnenquark (Rahmkäſe) – Gebackene Schinkenſcheiben – Zitronencreme

Makrelen mit Sahnenquark (Rahmkäſe). 2 bis 3 Makrelen, 1 Glas Weineſſig, ¼ Kilo Sahnenquark.

Die Makrelen in Salzwaſſer kochen, die Filets vorſichtig loslöſen und mit etwas Waſſer verdünnten Weineſſig darübergießen. Über Nacht darin ruhen laſſen. Vor Gebrauch etwas abtropfen laſſen und mit Sahnenkäſe beſtreichen, oder den Sahnenkäſe geſchickt mit dem Spritzbeutel darüber verteilen. — Statt der Makrelen laſſen ſich auch Filets von Matjesheringen verwenden.

Gebackene Schinkenſcheiben. 375 Gramm Rollſchinken, 1 Ei, 4 Eßlöffel geriebene Semmeln, 25 Gramm Fett.

Den Schinken in 1 bis 2 Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden, ¼ Stunde in Milch weichen laſſen, mit Ei und Semmeln panieren und in Fett auf beiden Seiten ſchön goldgelb backen.

Zitronencreme. 3 Eier, 3 Eßlöffel Zucker, 1 Zitrone, 3 Blatt Gelatine.
Tags vorher zubereiten.

Eigelb, Zucker, abgeriebene Schale und Saft der Zitrone gut rühren. Gelatine in wenig Waſſer gut auflöſen und zu den Eiern geben. Zum Schluß den ſteif geſchlagenen Schnee des Eiweißes hinzufügen, gut verrühren und die Creme in einer Glasſchüſſel kalt ſtellen. Mit Früchten umlegen.

Tomatenvorgericht – Rehkotelett – Warme Apfelſpeiſe

Tomatengericht. 1 kleine friſche Gurke, 4 große Tomaten, ⅛ Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm), einige Kopfſalatblätter.

Die Gurken ſchälen, hobeln, mit ſaurer Sahne (ſaurem Rahm) vermiſchen und in die ausgehöhlten Tomaten füllen. Auf Kopfſalatblättern anrichten und mit Peterſilie umlegen.

Rehkotelett. 4 Rehkoteletts, Salz und Pfeffer, 30 Gramm Butter.

Die Fleiſchſtücke leicht klopfen, mit Salz und Pfeffer beſtreuen und in heißer Butter raſch auf beiden Seiten braun braten. Sauerkraut vom Tag vorher oder Makkaroni ſchmecken gut dazu.

Warme Apfelſpeiſe. ½ Kilo Äpfel, 1 Päckchen Vanilleſoßenpulver, ½ Liter Milch, 1 Eßlöffel Zucker, 60 Gramm Roſinen, 15 Gramm Butter.

Die Äpfel ſchälen, in Scheiben ſchneiden, in eine gebutterte feuerfeſte Form ſchichten, gewaſchene, getrocknete Roſinen dazwiſchen legen, eine aus Soßenpulver bereitete Vanillenſoße darübergießen. Butterflöckchen darauf verteilen und das Ganze im Ofen goldgelb backen.

Matjesfilet in ſaurer Sahne (ſaurer Rahm) – Leber mit Reis – Fruchtſülze

Matjesfilet in ſaurer Sahne (ſaurer Rahm). 2 Matjesheringe, ¼ Liter ſaure Sahne, 1 Apfel, 1 Zwiebel.

Den Matjeshering waſchen und ½ Stunde in friſchem Waſſer liegen laſſen. Die Filets vorſichtig von den Gräten trennen, in zierliche Stücke ſchneiden und in die ſaure Sahne (ſauren Rahm) legen. Apfel und Zwiebel in feine Scheiben ſchneiden und der ſauren Sahne (ſauren Rahm) zufügen.

Leber mit Reis. ½ Kilo Leber, 2 Eßlöffel Mehl, 1 Zwiebel, 40 Gramm Butter.

Die Leber in dünne Scheiben ſchneiden, mit Mehl beſtäuben und mit der in Scheiben geſchnittenen Zwiebel in Butter ſchnell braun braten. Als Beilage Reis reichen.

Fruchtſülze. 1 Zitrone, 1 Apfelſine, 2 Eßlöffel Zucker, 2 Eier, 7 Blatt Gelatine, 1 Eßlöffel Rum. (Tags vorher bereiten.)

Eigelb, Apfelſinenſaft, Zitronenſaft, Zucker und etwas abgeriebene Zitronen- und Apfelſinenſchale untereinander mengen und im Waſſerbade auf dem Feuer ſchlagen, bis die Maſſe anfängt, dicklich zu werden. Die in etwas Waſſer aufgelöſte Gelatine zufügen und das Ganze rühren, bis es etwas erkaltet iſt. Zum Schluß Rum und den Eiweißſchnee darunter miſchen. — Die Speiſe über Nacht gelieren laſſen.

Gefüllte Gurke – Beefſteak mit Sardellenbutter – Weißkäſe mit Früchten

Gefüllte Gurke. 1 große oder 2 kleine ſaure Gurken, 60 Gramm Schinken oder Räucherlachs, 1 hartes Ei, 1 Eßlöffel Butter, 1 Teelöffel Moſtrich, 1 Eßlöffel geriebenen Meerrettich.

Räucherlachs oder Schinken mit dem Ei fein wiegen und mit ſahnig gerührter Butter und Moſtrich vermengen. Dieſe Füllung mit Hilfe eines Kochlöffelſtiels in die Gurke füllen, von der man zuvor ein Deckelchen abgeſchnitten und die man im Ganzen ausgehöhlt hat. Die Gurke kalt ſtellen, in Scheiben ſchneiden und mit geriebenem Meerrettich garnieren. Beſonders gut ſchmeckt es, wenn der Meerrettich zuvor mit etwas ſteif geſchlagener Sahne (Rahm) vermiſcht wurde.

Beefſteak mit Sardellenbutter. 4 Beefſteaks (von etwa ½ Kilo Fleiſch), 60 Gr. Butter, Sardellenpaſta, Salz und Pfeffer.

Die Fleiſchſtücke gut klopfen, mit Salz und Pfeffer einreiben und in heißer Butter auf beiden Seiten ſchön braun braten. Die Beefſteaks auf heißer Platte anrichten und mit der Fettſoße übergießen. Auf jedes Fleiſchſtück eine Sardellenbutterkugel drehen. Zur Vervollſtändigung kann die Platte noch mit Pfeffergurken und Sardellen verziert werden.

Weißkäſe mit Früchten. ¼ Kilo Sahnenweißkäſe (Quark oder Topfen), ⅛ Liter Sahne (Rahm) oder Milch, ¼ Kilo Erd-, Johannis- oder Himbeeren; Zucker nach Geſchmack.

Den Weißkäſe mit der Sahne (Rahm) oder Milch verrühren, durch ein Sieb treiben, mit den vorher eingezuckerten Beeren leicht vermiſchen, in Gläſer füllen und bis zum Gebrauch kalt ſtellen.

Fiſchſalat – Schnitzel – Schwedenfrüchte

Fiſchſalat. 375 Gramm gekochter Seefiſch, ⅛ Liter ſaurer Rahm, 2 Eßlöffel Eſſig, 1 Teelöffel Senf, etwas gewiegte Peterſilie, Schnittlauch, Salz und Pfeffer.

Den Fiſch von Haut und Gräten befreien und in kleine Stücke zerteilen. Die übrigen Zutaten gut verrühren und mit dem Fiſch vermiſchen. Das Ganze mit Gurkenſcheiben, Salatblättern, Tomatenvierteln oder dergleichen umlegen.

Schnitzel. 4 Schnitzel (zuſammen etwa ½ Kilo), 1 Ei, 5 Eßlöffel geriebene Semmeln, etwas Salz und Pfeffer, 40 Gramm Butter.

Die Fleiſchſcheiben klopfen, leicht ſalzen und pfeffern, in zerſchlagenem Ei und geriebener Semmel umwenden und in heißem Fett auf beiden Seiten ſchön braun braten. Beim Anrichten mit Zitronenſchnitzen und Peterſilie verzieren.

Schwedenfrüchte. Kompott von etwa ¾ Kilo gemiſchten Früchten, ½ Liter ſüßen Rahm.

Aus möglichſt vielen Obſtarten (je nach Jahreszeit: Erdbeeren, Kirſchen, Stachelbeeren, Johannisbeeren, Himbeeren, Pflaumen, Aprikoſen, Pfirſichen, Äpfeln, Birnen), Kompott bereiten, die Soße dick einkochen oder mit einem Blatt aufgelöſter Gelatine verrühren, in einer Kompottſchüſſel alles vermiſchen und recht kalt ſtellen. Dazu in einem Glaskrügelchen eisgekühlten ſüßen Rahm reichen. Gewiſſe Früchte laſſen ſich auch roh zu Schwedenfrüchten verwenden; es eignen ſich hierzu beſonders Erdbeeren, Himbeeren und Brombeeren.

Reſteverwertung

Vormerkung. Eine eigene Lehrſtunde darf der Reſteverwertung gewidmet ſein, denn in der zweckmäßigen Wiederverwertung der Reſte in der Küche liegt der Sparſinn und auch die Geſchicklichkeit der Hausfrau. Merken wir uns:

Übrig gebliebene Speiſen ſollte man nicht unverändert zu einer folgenden Mahlzeit auf den Tiſch bringen. Einer der Hauptreize einer liebevoll und ſorgfältig geführten Küche iſt Abwechſlung in der Art und Form der Zubereitung auch der einfachſten Gerichte. Dazu gehört vor allem die Reſteverwertung. Damit ſoll nicht geſagt ſein, daß man unbedingt jeden Fleiſchreſt zerhacken und mit allen möglichen eßbaren Dingen vermiſchen und jedes übrige Gemüſe zu Suppen uſw. verwenden ſoll! Ein übriges Stück Braten mundet oft am beſten, wenn es abends oder am nächſten Tag in hübſche Scheiben kalt aufgeſchnitten, von allerlei Gutem und Pikantem umgeben, aufgetragen wird, unter dem auch die eingeſulzten oder mit Mayonnaiſe überzogenen Gemüſe durchaus nicht wie „Reſte" ſich präſentieren! In Fällen jedoch, vor allem, wo Sparſamkeit nottut, ſind die Reſte nicht mehr anſehnlich genug zu dieſer Verwendung. Da bieten denn die vielen Verwendungsmöglichkeiten, die wir im folgenden bringen, Gelegenheit, wohlſchmeckende und billige Miſchgerichte zuſammen zu ſtellen.

Gebackenes Suppenfleiſch.

Gekochtes Suppenfleiſch in Scheiben ſchneiden, mit Speckſcheiben oder -ſtreifen anbraten, Spiegeleier daraufſetzen oder zerſchlagene Eier darübergießen und nicht ganz feſt werden laſſen. Gehackte oder in Scheiben geſchnittene Zwiebeln und Peterſilie anbraten und darübergeben. (Statt Eier gebackene Tomatenſcheiben.)

Rindfleiſch mit Zwiebelſoße. ½ Kilo übriges Suppenfleiſch, 20 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, 1 Eßlöffel Zwiebeln, ½ Liter Flüſſigkeit, ½ Lorbeerblatt, Eſſig und Gurkenwürfel nach Geſchmack.

Das Fleiſch von gekochtem oder gebratenem Rindfleiſch in kleine Würfel ſchneiden. Mehl und Zwiebeln im heißen Fett anbräunen, mit Fleiſch- oder Wurzelbrühe auffüllen, mit Eſſig abſchmecken. Wenn die Soße ½ Stunde gekocht hat, das Fleiſch und die Gurkenwürfel hineingeben, aufkochen und abſchmecken. Nimmt man Waſſer zum Auffüllen, ſo verbeſſert man mit Maggiwürze und gibt nußgroß friſche Butter unter die Soße.

Gebackenes Rindfleiſch mit Käſe.

Reſte von gekochtem Ochſenfleiſch in Scheiben ſchneiden, Fett (Speck) in einer Brat- oder feuerfeſten Platte erhitzen und erſt die Fleiſchſcheiben, dann in Scheiben geſchnittene Zwiebeln, Salz, geriebenen Käſe, zuletzt ſauren Rahm darübergeben und in den heißen Ofen ſtellen, bis ſich eine ſchöne Kruſte gebildet hat. Mit Salat, Spinat oder Gelbe Rüben reichen.

Fleiſchmus (Haſchee). 375 Gramm gekochtes oder gebratenes Fleiſch, 20 Gramm Fett, 20 Gramm Mehl, 1 Teelöffel Zwiebeln, ¼ Liter Flüſſigkeit, Eſſig oder Zitronenſaft, übrige Bratenſoße..

Die Zwiebeln und das fein gewiegte oder durch die Maſchine gegebene Fleiſch in heißem Fett andünſten, mit Mehl ſtauben, braun röſten laſſen, auffüllen, ½ Stunde kochen laſſen und abſchmecken.

Fleiſchauflauf.

Eine gut mit Butter eingeſtrichene Auflaufform beſtreut man mit Semmelmehl, belegt den Boden mit einer Lage gekochter, in Scheiben geſchnittener Kartoffeln. Dann gibt man eine Lage in Scheiben oder paſſende Würfel geſchnittene Fleiſchreſte darauf und nach Geſchmack Salz, geriebenen Käſe, Bratenſoße, Zwiebelſoße oder ſauren Rahm und Ei darüber. Dann folgen wieder Kartoffelſcheiben uſw., bis die Form gefüllt iſt. Die letzte Lage bilden Kartoffeln, auf die man geriebenen Käſe und kleine Butterſtückchen gibt. Man ſtellt den Auflauf 1 Stunde in den Ofen und reicht die Speiſe mit Salat.

Fleiſchauflauf mit Reis. ¼ Kilo Reis, 20 Gramm Fett, 1 Teelöffel Zwiebeln, 1 Eßlöffel Suppengrün, Fleiſchmus, Semmelbröſel, 20 Gramm Butterſtückchen.

Reis waſchen, brühen, in Fett mit Zwiebeln und Suppengrün anröſten, mit Suppenbrühe auffüllen, würzen und weichdünſten. Fleiſchmus miſcht man mit dem Reis, gibt die Maſſe in eine gut vorbereitete Form, beſtreut ſie mit Semmelmehl und Butterflöckchen und bäckt ſie ½ Stunde in gutem Ofen. Oder man gibt den Reis und das Haſchee lagenweiſe in die Form, ſo daß die erſte und letzte Lage der Reis bildet. Obenauf geriebener Käſe, Semmelmehl und Butter, nach Belieben ſauren Rahm mit oder ohne Ei.

Fleiſchpflanzeln oder Frikandellen (Frikatella). ½ Kilo Fleiſchreſte, 2 Semmeln, 1 Ei, 1 Teelöffel Zwiebeln, übrige Bratenſoße, Peterſilie, Salz, Pfeffer, Muskat, Semmelmehl, Backfett.

Die Fleiſchreſte, am beſten mit übrigem Schinken oder Rauchfleiſch, werden durch die Fleiſchmaſchine gegeben, ebenſo die in Waſſer oder Milch geweichten und ausgedrückten Semmeln. Peterſilie und Zwiebeln werden in Fett angeröſtet, dann nebſt einem Ei zur Maſſe gegeben, Gewürz und Bratenſoße hinzugefügt und alles recht gut verarbeitet. Man formt kleine runde oder ovale Küchlein daraus, wendet ſie in wenig Semmelmehl und bäckt ſie in heißem Fett ſchön braun. Man kann auch zur Maſſe halb friſch gehacktes Schweinefleiſch, halb Fleiſchreſte nehmen.

Kaiſerkoteletten.

Zutaten und Zubereitung wie Fleiſchpflanzeln, nur formt man die Maſſe wie Koteletten und ſteckt an Stelle des Knochens ein Stück Makkaroni hinein.

Feine gefüllte Eierkuchen (ſiehe Eierſpeiſen).

Fleiſchpfannkuchen. ¼ Kilo Fleiſchreſte, Salz, Pfeffer, Pfannkuchen von ¼ Kilo Mehl, ½ Liter Milch, 2 Eier, Salz, Backfett.

Die Fleiſchreſte fein hacken und würzen. Aus den angegebenen Zutaten einen Pfannkuchenteig herſtellen und das gehackte Fleiſch darunter miſchen. Kleine oder größere Pfannkuchen daraus backen und ſofort auftragen.

Gefüllte Eierkuchen. ¼ Kilo Fleiſchreſte, 1 Ei, 1 Teelöffel Zwiebeln, Salz, Pfeffer, 20 Gramm Fett, 2 bis 3 Eierkuchen, Backfett.

In Fett Zwiebeln anröſten, Peterſilie und das verwiegte Fleiſch nach Belieben eine eingeweichte und ausgedrückte Semmel kurz mitdämpfen und alles gut verarbeiten. 2 bis 3 Eierkuchen backen, mit der Fleiſchmaſſe beſtreichen und rollen oder in 3 Teile zuſammenſchlagen. Man zieht den Eierkuchen vor dem Anrichten im heißen Ofen auf.

Einfache gefüllte Pfannkuchen.

Man bereitet die Pfannkuchen aus ¼ Kilo Mehl und ½ Liter Milch. 2 Eiern und Salz und verfährt im übrigen wie oben. Man kann die gerollten Pfannkuchen auch quer in 3 bis 4 Teile ſchneiden, in eine Auflaufform ſetzen, mit 1 Ei, das mit ½ Liter Milch, mit Salz und Muskat verquirlt iſt, übergießen und im heißen Ofen aufziehen.

Fleiſchſtrudel aus Strudelteig.

Bröſel und fein geſchnittene Peterſilie läßt man in Butter anlaufen, gibt 250 Gramm feingeſchnittene Bratenreſte hinein, miſcht dazu $^{2}/_{10}$ Liter ſauren Rahm und 2 Eigelb, beſtreut die Hälfte des ausgezogenen Teiges dick mit dieſer Miſchung, nachdem man ihn zuvor mit Butter beſtrichen hat, rollt ihn von der beſtreuten Seite aus zuſammen, legt ihn auf gefettetes Blech oder Kaſſerolle, beſtreicht oben mit Butter und bäckt ihn.

Gebackener Fleiſchſtrudel.

Gefüllte Pfannkuchen rollen, in Stücke ſchneiden, dieſe in Ei und Semmelmehl wenden und in der Backpfanne oder in ſchwimmendem Fett backen.

Schinkenſtrudel.

$^{2}/_{10}$ Liter ſauren Rahm ſprudelt man mit 2 Eigelb ab, beſtreicht damit den Teig, beſtreut ihn dann mit 280 Gramm feingeſchnittenem Schinken, rollt ihn zuſammen, beſtreicht ihn mit Butter und bäckt ihn in einer ausgebutterten Kaſſerolle.

Von Kartoffelteig.

Von $^{2}/_{10}$ Liter Mehl, 1 Ei, etwa 8 mittelgroßen Kartoffeln, gerieben und gekocht, ſowie etwas Salz, macht man einen Teig, treibt ihn aus, beſtreut ihn mit 250 Gramm fein geſchnittenem Schinken und mit in Butter geröſteten Bröſeln, rollt ihn ein, legt ihn in eine mit Butter ausgeſtrichene Kaſſerolle, deckt ihn zu und kocht ihn 1 Stunde im Dunſt, ſchneidet ihn in Stücke, die man mit brauner Butter und angelaufenen Bröſeln abſchmelzt.

Fleiſchpfannkuchen-Auflauf.

Man legt mit Fleiſchfülle beſtrichene Pfannkuchen ungerollt in einer vorbereiteten Auflaufform ſchichtweiſe aufeinander. Den Abſchluß bildet ein Pfannkuchen. Obenauf Butterflöckchen geben und backen.

Maultaſchen. Zum Nudelteig: ¼ Kilo Mehl, (3 Eier). Zur Fülle: 125 bis 250 Gramm Fleiſchreſte, etwa ⅓ Liter Spinatgemüſe, 2 Semmeln, 1 Ei, 1 Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, Salz, Pfeffer, Schmälzbutter und Semmelmehl, 3 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz.

Von Mehl und Eiern (oder Mehl und Waſſer) bereitet man einen Nudelteig, den man in 2 große Kuchen auswellt. Dann ſtellt man eine Fülle her von übriggebliebenem Spinat, 2 eingeweichten und ausgedrückten Semmeln, Zwiebeln und Peterſilie, Ei, Salz und Pfeffer. Von dieſer Maſſe ſetzt man auf einen Nudelkuchen in gleichmäßiger Entfernung 8 bis 9 kleine Häufchen. Um dieſe herum beſtreicht man den Kuchen mit Eiweiß. Dann legt man den zweiten Kuchen darüber und drückt beide Kuchen mit einem Kochlöffel feſt zuſammen. Man rädelt nun die Maultaſchen heraus, indem man mit dem Rädchen um die ſich abhebenden Häufchen einen Kreis zieht, deſſen Mitte die Fülle bildet. Man legt die Maultaſchen in kochendes Salzwaſſer ein und läßt ſie 10 Minuten zugedeckt kochen. Beim Anrichten werden ſie mit in Butter geröſtetem Semmelmehl abgeſchmälzt.

Wiener Gröſtl. ¾ Kilo gekochte Kartoffeln, Fleiſchreſte nach Belieben, 2 Eßlöffel Fett, Salz, 1 Teelöffel Zwiebeln.

Zwiebeln in heißem Fett gelb werden laſſen, Kartoffeln mit Salz faſt fertig röſten, das kleingeſchnittene Fleiſch dazu und heiß werden laſſen. Gibt man übrige Bratenſoße darüber, ſo wird das Gericht ſaftiger.

Falſche Morcheln. ¼ Kilo Kartoffeln, ½ Eßlöffel Salz, 20 Gramm Mehl, ½ Teelöffel Zwiebeln und Peterſilie, ½ Ei, Muskat, ½ Maſſe Frikandellenteig, Backfett.

Von den gekochten und paſſierten Kartoffeln, Salz, Mehl, gedämpften Zwiebeln und Peterſilie, ½ Ei, nach Belieben etwas Muskat arbeitet man einen glatten Teig, rollt aus ihm auf dem Backbrett fingerlange, unten 1½ Zentimeter dicke, oben ſpitz zulaufende Stielchen, bäckt ſie in heißem Backfett ſchwimmend und ſtellt ſie warm. Dann ſtellt man aus der halben bei Frikandellen angegebenen Maſſe Frikandellenteig her, formt davon gleichmäßige Hüte wie große Morcheln und bäckt auch dieſe in ſchwimmendem Fett, nachdem man an der breiten Seite eine Vertiefung zum Einſtecken des Strunkes gemacht hat. Sind beide Teile gebacken, ſo ſteckt man den Strunk ein und reicht die Morcheln zu Gemüſe.

Fleiſchkartoffeln.

Zubereitung wie Schinkenkartoffeln, ſtatt Schinken Bratenreſte nehmen, die man mit Bratenſoße angefeuchtet hat.

Fleiſchkroketten. 375 Gramm Bratenreſte (50 Gramm Champignons), 1 Teelöffel Salz, 40 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Zwiebeln und Peterſilie, 3 Eßlöffel Wein, 2 bis 3 Eigelb, ¼ Liter braune Soße, Eiweiß, Semmelmehl, Backfett.

Fleiſch klein ſchneiden, Zwiebeln und Peterſilie, dann das Fleiſch und nach Belieben einige Champignons in Butter dämpfen, mit Wein ablöſchen und einkochen laſſen. Sodann die braune Soße zugeben und alles gut zuſammen durchkochen. Abkühlen, Eigelb und Käſe darunter rühren, die Maſſe auf eine Platte ſtreichen und erkalten laſſen. Schnitten abſchneiden oder Kugeln daraus formen. Dieſe in Eiweiß und Semmelmehl wenden und in heißem Fett auf der Pfanne oder in ſchwimmendem Fett backen.

Kartoffelfrikandellen mit Fleiſch. ¾ Kilo Kartoffeln, ½ Frikandellenmaſſe.

Kartoffeln mit Fleiſch und Brötchen durch die Fleiſchmaſchine geben, weiter verfahren wie bei Frikandellen.

Fleiſchſalat (von Reſten). ½ Kilo gekochtes Suppenfleiſch, 2 Eßlöffel Eſſig, 1½ Eßlöffel Öl, ½ Teelöffel Salz, Priſe Pfeffer, ½ Teelöffel Zwiebeln, 1 Teelöffel Senf (2 Eßlöffel ſauren Rahm).

Magere Fleiſchreſte (auch Braten oder Fleiſchwurſt) werden in 1 Zentimeter große Würfel geſchnitten. Von den angegebenen übrigen Zutaten eine Salatſoße anrühren (nach Belieben mit gekochtem Eigelb miſchen) und das Fleiſch daruntermengen. Zum Verbeſſern kann man einige gehackte Eier dazugeben und 2 Eßlöffel Mayonnaiſe darunterziehen. Mit Rote Rüben und Eivierteln verzieren.

Schinkenauflauf. 200 Gramm Schinken, 30 Gramm Butter, 30 Gramm Mehl, 3 Eier, ¼ Liter Rahm oder Milch, Salz, Paprika, Madeira.

Schinken durch die Maſchine geben, Rahmſoße bereiten, ½ Stunde kochen laſſen, abſchmecken und zuletzt Eigelb und Schinken und den ſteifen Eiſchnee daruntergeben. In eine vorbereitete Auflaufform oder in kleine Förmchen füllen und in erſterem Falle 30 Minuten, in letzterem 20 Minuten backen.

Bratenreſtepudding.

Allerlei Bratenreſte werden von den harten und braunen Teilen befreit, mit dem vierten Teil an geräuchertem Speck oder auch Schinkenfett und etwas Zwiebeln fein gehackt. Dann rührt man 70 Gramm Butter ſchaumig, gibt dazu 3 Eigelb und 250 Gramm feinen Grieß oder auch fein geriebenes, mit Milch angefeuchtetes Weißbrot, gehackte Peterſilie, Salz, Pfeffer und etwas Muskat und miſcht dies alles zu dem gehackten Fleiſch. Iſt die Maſſe zu feſt, ſo gibt man noch etwas Milch nach und zieht hierauf den Schnee der 3 Eiweiß darunter, füllt dann die Maſſe in eine ausgefettete Form, kocht den Pudding im Waſſerbad und ſerviert beim Anrichten eine Zwiebel- oder Kapernſoße darüber.

Fiſchpudding (von Reſten).

½ Kilo Fiſchfleiſch befreit man von den Gräten und der Haut und ſchneidet es würfelig. Dann rührt man 130 Gramm Butter mit 3 Eigelb und 1 ganzen Ei ſchaumig, gibt dazu 3 alte feingeriebene Semmeln, die man etwas mit Milch angefeuchtet hat, miſcht nun den Fiſch dazu, gibt Muskat, etwas gehackte Peterſilie, 1 große geriebene Zwiebel, etwas guten ſauren Rahm oder auch Milch, nach Geſchmack etwas Zitronenſchale oder Saft und zuletzt Salz und den Schnee der 3 Eiweiß dazu, füllt die Maſſe in die gefettete Form und kocht 1 gute Stunde. Beim Anrichten gibt man Peterſilien- oder Sardellenſoße darüber.

Fiſchreſte mit Kartoffeln.

Die Fiſchreſte werden enthäutet und entgrätet, feinblätterig geſchnitten. Dann läßt man Zwiebeln in Butter anlaufen, bis ſie ſchön gelb ſind, gibt den Fiſch dazu, das gleiche Gewicht an gewürfelten kalten Kartoffeln ſowie 1 guten Eßlöffel voll Senf, den man mit ſaurem Rahm verrührt hat, miſcht alles, dünſtet es leicht und richtet es gleich an.

Oder:

Die Fiſchreſte werden entgrätet und dann zu Bechamel gegeben, welche man mit gutem Rahm und fein gewiegten Champignons gemiſcht hat. Nun gibt man in eine Form oder Schüſſel eine Lage Kartoffelbrei, darauf eine Lage der mit den Fiſchen gemiſchten Bechamel uſw., bis die Form voll iſt, ſtreut obenauf ziemlich dick fein geriebenen Parmeſankäſe und bäckt das Ganze 8 bis 10 Min. im Ofen.

Soufflé von Fiſch.

Etwa ½ Kilo entgrätetes Fleiſch von Lachs, Forellen oder anderem Fiſch wird fein zerdrückt, mit 3 Eiern durch ein feines Sieb paſſiert, mit Salz, Muskatnuß und 1 Priſe Pfeffer gewürzt, dann ſtellt man alles auf Eis, zieht ſo viel Schlagrahm darunter, daß es eine crêmeartige Maſſe gibt, füllt alles in eine niedere Form, die man in einem Gefäß mit heißem Waſſer in das Rohr ſtellt und etwa 30 Minuten bäckt. Dazu ſerviert man Krebsſoße.

Klopſe

Die Fleiſchklöße oder wie man in Norddeutſchland ſagt „Klopſe" ſind ein mehr dort beheimatetes Gericht, das ſehr fein ſchmeckt, wenn man es richtig zu bereiten verſteht. Die Arten der Zubereitung ſind je nachdem ganz verſchieden. Als Grundmaſſe kann man Rind- und Schweinefleiſch nehmen und als Zutaten eingeweichte Semmeln, Semmelbröſel, Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, Zwiebeln, Peterſilie, Sardellen, Heringe, Eſſiggurken und Ei. Es kommt dabei ganz auf den Geſchmack an. Am vorteilhafteſten und meiſt auch am wohlſchmeckendſten macht man die Klopſe von Fleiſch- und Bratenreſten, die man dann mit den verſchiedenſten Soßen ſervieren kann.

Königsberger Klopſe mit Kapernſoße.

Man nimmt hierzu halb Rind- und Schweinefleiſch, dreht es durch die Fleiſchmaſchine, gibt dazu pro ½ Kilo Fleiſch 2 bis 3 eingeweichte Semmeln, 2 Eier, Pfeffer, feingeſchnittene Zwiebeln, gehackte Peterſilie, Muskat, Salz, nach Belieben feingeſchnittene Eſſiggurken, Sardellen oder feingewiegten, gut ausgewäſſerten Salzhering und dann etwas Mehl oder Semmelbröſel dazu, macht davon einen mittelfeſten Teig und formt daraus etwa apfelgroße Klöße. Inzwiſchen ſtellt man Waſſer auf, ſalzt es, gibt Wurzelwerk, Zwiebeln, Lorbeerblatt und etwas Eſſig hinein, läßt es erſt etwas kochen und gibt dann die Klöße hinein. Nun läßt man ganz langſam kochen und ziehen, bis die Klöße gar ſind. Stark kochen darf man nicht, da ſonſt die Klöße entweder auseinandergehen oder ihnen zu viel Saft entzogen wird. Der Kloßſud wird zur Soße genommen.

Kapernſoße.

2 bis 3 Eßlöffel Mehl läßt man in Fett hellgelb anlaufen, löſcht es dann mit dem Kloßwaſſer ab, gibt 1 bis 2 Löffel Kapern dazu, läßt auskochen, bis alles

ſchön ſämig iſt, gibt noch etwas Zitronenſaft dazu, ſchmeckt ab und ſerviert die Soße über die Klöße.

Dieſelben mit Bratenſoße.

Man bereitet die Klöße wie oben, nur läßt man Sardellen und Hering weg, kocht ſie dann nicht ganz fertig, gibt ſie in Bratenſoße, läßt ſie darin fertig ziehen und ſerviert ſie mit derſelben und Salzkartoffeln dazu.

Spreewälder Klöße mit Meerrettichſoße.

Die Klöße bereitet man wie oben, läßt aber Gurken, Hering und Sardellen weg, gibt dafür feingeriebenen Meerrettich dazu und ſerviert ſie mit Meerrettichſoße und Salzkartoffeln. (Zu den Klößen gibt man auch noch feingeſchnittenes Weißkraut, das man abbrüht, einige Zeit ziehen läßt und dann fein wiegt.)

Meerrettichſoße.

Man läßt Mehl in heißem Fett hell anlaufen, löſcht mit Kloßſud oder Milch ab, ſalzt und läßt ſchön ſämig kochen. Kurz vor dem Anrichten gibt man geriebenen Meerrettich in die Soße, ſchmeckt mit einer Kleinigkeit Zitronenſaft und 1 Priſe Zucker ab und ſerviert zu den Klößen.

Ungariſche Klöße mit Tomatenſoße.

Zuerſt macht man folgenden Kartoffelteig: 100 Gramm Butter rührt man mit 2 Eiern ſchaumig, gibt 1 Kilo gekochte geriebene Kartoffeln, 100 Gramm Mehl, Paprika, etwas Muskat und Salz dazu und miſcht den Teig gut ab. Hierauf macht man davon nicht zu große Stücke, drückt dieſe nicht zu dünn aus, gibt einen guten Löffel voll Fleiſchfülle hinein, ſchließt den Teigflecken über der Fülle und dreht den Kloß rund, welchen man dann in Salzwaſſer kocht. Die Fülle macht man von halb Schweine- und halb Kalbfleiſch. Das Fleiſch dreht man mit Zwiebeln durch die Fleiſchmaſchine, gibt dazu Salz, Pfeffer und gehackte Peterſilie und ſchmort es vor dem Einfüllen mit etwas Fett ab.

Tomatenſoße.

Schöne große Tomaten werden zerſchnitten, in Fett gedünſtet, dann mit einigen Löffeln Mehl beſtäubt, mit Milch abgelöſcht und aufgekocht, dann paſſiert und mit Salz und etwas Zucker abgeſchmeckt.

Man kann die Klöße mit geriebenem Käſe beſtreuen und ſerviert ſie mit der darübergegebenen Soße.

Wiener Klöße.

Dieſe Klöße ſtellt man am beſten und billigſten aus Bratenreſten her. Die Zubereitung iſt folgende: Reſte von Kalbs-, Rinds- und Schweinebraten ſchneidet man feinwürfelig. Einige Semmeln weicht man in der erwärmten Bratenſoße ein, dreht dieſelben mit Zwiebeln und roher Leber durch die Fleiſchmaſchine, miſcht dieſes mit dem Fleiſch, gibt dazu 1 rohes Ei, Gewürz, Salz, Pfeffer, Paprika, Muskat, dann noch einige hartgekochte feinwürfelig geſchnittene Eier, formt daraus Klöße, welche man in der Bratenſoße fertig kocht und mit derſelben ſerviert. Man gibt dazu Salzkartoffeln, Reis oder Polenta.

Klöße auf türkiſche Art.

Karolinenreis wird in Milch dick eingekocht und erkalten laſſen. Nun rührt man etwas Butter mit 2 Eigelb ſchaumig und miſcht es zum Reis. Gebratenes oder gekochtes Geflügel jeder Art wird von den Knochen gelöſt, feinwürfelig geſchnitten und zu dem Reis gegeben, ſowie etwas Muskatnuß und feingehackte Peterſilie. Aus dieſer Maſſe formt man Klöße und kocht dieſelben in Hühnerbrühe oder Salzwaſſer fertig. Man ſerviert dazu Frikaſſeeſoße oder Tomatenſoße.

Frikaſſeeſoße.

In Butter läßt man Mehl ganz hell anlaufen, löſcht mit Hühner-, Kloß- oder Fleiſchbrühe ab, läßt auskühlen und ſprudelt die Soße vor dem Anrichten über dem Feuer mit einigen Eigelb, etwas Zitronenſaft oder ſaurem Rahm dick auf, würzt mit Salz und Muskat und gibt ſie über die Klöße.

Knödel (Klöße), geſalzene Mehl-, Reis-, Milch- und Käſeſpeiſen

Knödel oder Klöße

Vormerkung.

Jeder Knödelteig muß ſehr gut abgearbeitet ſein, damit die einzelnen Beſtandteile ſich gleichmäßig verteilen, und weil die Klöße ſonſt riſſig werden und ſich ſchlecht formen laſſen. Der Teig ſoll ſo feſt ſein, daß ſich leicht Kugeln formen laſſen. Man gibt dieſelben ſofort in einen breiten, niederen Topf mit ſprudelndem Salzwaſſer. Sie ſollen nebeneinander, nicht übereinander liegen, da ſie ſonſt nicht ſteigen und ſchwimmen können. Nach dem Einlegen der Klöße deckt man den Topf zu, bis die Klöße nach oben gekommen ſind und ſich ſchwimmend drehen. Von dieſem Zeitpunkt an dürfen ſie nur noch ganz leiſe kochen oder ziehen, was beſonders für feinere Arten gilt, die innen weich und luftig ſein ſollen. Nach 20 bis 25 Minuten werden ſie mit dem Schaumlöffel vorſichtig herausgenommen und, falls noch nicht alle Klöße gekocht ſind, auf Dampf geſtellt und mit einem Butterpapier bedeckt, damit ſie nicht trocknen. Beim Anrichten kann man ſie mit in Butter geröſteten Semmelbröſeln oder mit brauner Butter übergießen. Luftige Klöße, wie feine Leberklöße oder Grießklöße und Nockerl werden mit einem in Waſſer oder in Butter geröſtete Semmelbröſel getauchten Eßlöffel oder einem runden Löffel aus dem Teig geſtochen und ins Waſſer gelegt. Bei feinen Leberklößen z. B. wird beim Einlegen der Löffel ſo lange in das Waſſer gehalten, bis der Kloß von ſelbſt abfällt. Derartige Klöße dürfen nur ſiedend gar werden, nicht kochend.

Hefenklöße gibt man auf das Sieb des Kartoffelkochers und kocht ſie im Dampf. Auf dieſe Art laſſen ſich auch übrige Klöße aller Art aufwärmen und ſchmecken dann wie friſch. Klöße werden beim Eſſen nicht mit dem Meſſer geſchnitten, ſondern nur mit der Gabel geteilt. (Vor dem Einlegen Probekloß kochen!)

Einfache Grießknödel, gekocht. 100 Gramm Fett, ¾ Liter Flüſſigkeit, ½ Kilo Grieß, Salz, Salzwaſſer, 20 Gramm Fett, 1 kleine Zwiebel.

Fett mit Flüſſigkeit (Milch oder Milch und Waſſer gemiſcht) kochen laſſen, den geſalzenen Grieß damit abbrühen, gut verrühren, aus der Maſſe Knödel formen, in Salzwaſſer 20 Minuten kochen, mit geröſteten Zwiebeln anrichten.

Grießknödel, gekocht, feinere Art. 1 Liter Milch, 300 bis 350 Gramm Grieß, 1 Teelöffel Salz, 2 Semmeln, 30 Gramm Fett, Muskat, 2 bis 6 Eier, Semmelmehl, Butter.

Die Milch mit Salz zum Kochen bringen, gelben, groben Grieß einrühren (je feiner der Grieß, deſto mehr benötigt man und deſto leichter werden die Klöße zuſammenkleben), ſo daß ein dicker Brei entſteht. Sobald ſich dieſer vom Topfe löſt, vom Feuer nehmen und abkühlen laſſen. Unterdeſſen Semmelwürfel in Fett röſten und nebſt den zerſchlagenen Eiern und etwas Muskat unter die Maſſe geben. Mit naßgemachten Händen Kugeln formen und nach Vorſchrift kochen und anrichten. Man kann auch den Grieß in die heiße, nicht kochende Flüſſigkeit einlaufen laſſen, muß aber dann ſtändig rühren, bis ſich der Brei vom Topfe löſt. Der Grieß wird auf dieſe Art beſſer durchgekocht.

Grießknödel, ausgeſtochen. (Pfälziſch.) 1½ Liter Milch, 375 bis 500 Gramm Grieß, 1 Teelöffel Salz, 1 bis 4 Eier, Semmelmehl, Butter.

In die nach Belieben mit Waſſer gemiſchte, geſalzene Milch 375 Gramm groben oder ½ Kilo feinen Grieß einrühren und, wie oben angegeben, kochen laſſen. Vom Feuer nehmen und die verquirlten Eier (je mehr Eier, deſto feiner und deſto ausgiebiger) gut darunter mengen und 10 Minuten ziehen laſſen. Mit einem in heiße Butter mit Semmelmehl getauchten runden oder länglichen Löffel abſtechen und auf eine heiße Platte nebeneinander legen. Das Eintauchen in die braune Butter darf nicht vergeſſen werden, da ſonſt die Klöße zuſammenkleben. Zu Ragouts oder — nach Belieben (dann geſüßt) — zu Heidelbeeren, Kirſchen oder anderem Kompott.

Grießbrei.

In 1 Liter Milch, 8 bis 10 Eßlöffel Grieß, nach Belieben wenig Salz oder Zucker, auf ſchwachem Feuer langſam einlaufen laſſen, durchkochen. Nach Belieben mit Zucker und Zimt beſtreuen.

Reisbrei wie oben.

Semmelknödel. 5 bis 8 trockene Semmeln, Salz, ¼ bis ⅜ Liter Milch, 20 Gr. Fett, 1 kleine Zwiebel, Peterſilie, 2 bis 3 Eier, Salzwaſſer.

Semmeln in feine Scheiben ſchneiden, ſalzen, mit kochender Milch überbrühen, zugedeckt ſtehen laſſen, mit Salz, fein geſchnittenen Zwiebeln und Peterſilie und nach Belieben Eiern zu einem glatten Teig abarbeiten, Probekloß formen, wenn er zu weich iſt mit Semmelbröſel oder Mehl nachhelfen, die Knödel in kochendes Salzwaſſer geben und nach Vorſchrift kochen.

Semmelknödel, andere Art.

30 Gramm Butter ſchaumig rühren, die abgeriebenen, eingeweichten, ausgedrückten und fein verzupften Semmeln dazu und mit allen im vorhergehenden Rezept angegebenen Zutaten zu einem Teig verarbeiten und wie oben fertigſtellen.

Speckknödel.

Macht man auf dieſelbe Art wie Semmelknödel, nur ſchneidet man noch Speck würfelig und gibt ihn in den Teig; die Knödel formt man etwas kleiner. — Auf dieſe Art kann man auch Knödel von Bratenreſten, Schinken, Wurſt, Fleiſchreſten uſw. machen.

Semmelkloß im Tuch gekocht. 8 trockene Semmeln, 30 Gramm Fett, ⅓ Liter Milch, 3 Eier, Salz, Pfeffer, Muskat, 1 Teelöffel Peterſilie. Zum Beſtreichen des Tuches: 20 Gramm Butter, Salzwaſſer, geröſtete Semmelbröſel.

Die Semmeln in feine Scheiben ſchneiden, Milch mit Eiern, Salz, Pfeffer und Muskat verquirlt darübergießen und 1 Stunde ſtehen laſſen, 2- bis 3mal mit dem Eßlöffel umwenden. Eine Serviette in der Mitte, etwa 40 Zentimeter im Quadrat, mit Butter beſtreichen, die Semmelmaſſe daraufgeben, das Tuch feſt zugebunden, doch ſo, daß der Kloß aufgehen kann, in einen Topf mit kochendem Salzwaſſer hängen und gut zugedeckt 1 bis 1½ Stunden kochen laſſen. Auf eine heiße Platte ſtürzen und mit in Fett geröſteten Semmelbröſeln abſchmälzen.

Kartoffelknödel, ausgeſtochen. 1 Kilo Kartoffeln, 1 Teelöffel Salz, 1 Eßlöffel Mehl, ⅓ Liter Milch, 20 Gramm Fett.

Die Kartoffeln wie Salzkartoffeln kochen, abſchütten und heiß im Topfe mit dem darübergeſtreuten Mehl glatt verſtampfen, bis ſich der Brei vom Topfe löſt. Etwas heiße Milch darangeben und ſchaumig rühren. Mit einem in heißes Fett (man kann nach Belieben Semmelbröſel oder Zwiebeln darin röſten) getauchten Eßlöffel Klöße von der Maſſe ausſtechen und zu Gulaſch, Rindsbraten, Haſchee auftragen.

Kartoffelklöße von gekochten Kartoffeln. 1 Kilo Kartoffeln, 2 bis 3 trockene Semmeln, 2 Eier, 10 Gramm Fett, 1 Teelöffel Salz, Muskat, 1 Eßlöffel Zwiebeln, Peterſilie oder 1 Meſſerſpitze Majoran, 2 bis 3 Eßlöffel Mehl, 10 Gramm Fett, 1 Eßlöffel Semmelmehl.

Geſchälte Pellkartoffeln werden heiß durch die Preſſe oder, wenn ſie tags zuvor gekocht wurden, durch die Kartoffelreibmaſchine gegeben. Die Semmeln ſchneidet man in Würfel, röſtet ſie goldgelb und gibt ſie zu den Kartoffeln. Ebenſo die Eier, das Mehl und die übrigen Zutaten. (Ältere Kartoffeln brauchen weniger Mehl als neue.) Hat man den Teig gut durchgearbeitet, ſo formt man einen Probekloß. Hält dieſer nicht, ſo gibt man etwas Mehl zu. Am ſicherſten halten die Klöße, wenn die Kartoffeln möglichſt heiß mit dem Mehl zuſammengearbeitet werden, da dann das Mehl wie Kleiſter wirkt. Nun formt man die Klöße (die Maſſe gibt zirka 12 Stück) und achtet dabei darauf, daß die Brotwürfel in die Mitte des Kloßes kommen und dieſer keine Riſſe hat. Gut 10 Minuten vor Gebrauch gibt man die Klöße in einen breiten Topf mit ſtrudelndem Salzwaſſer und läßt ſie zugedeckt langſam kochen. Wenn ſie oben ſchwimmen, dürfen ſie 10 Minuten nur noch ziehen, damit ſie nicht zerfallen. Beim Anrichten gibt man ſie auf eine heiße Platte und überſchmälzt ſie mit geröſteten Semmelbröſeln. Man reicht ſie zu Sauerbraten, Haſen- oder Rehbraten, Ragouts uſw. Will man die Eier ſparen, nimmt man mehr Mehl. Die Kloßbrühe reicht man mit geröſteten Semmelwürfeln und mit geröſteten Zwiebeln abgeſchmälzt als Suppe.

Kartoffelklöße von rohen Kartoffeln. 1½ Kilo rohe Kartoffeln, 375 Gramm gekochte Kartoffeln, ¼ Liter Milch zum Brühen, 1 Eßlöffel Salz, 20 Gramm Fett, 2 Semmeln, Salzwaſſer.

Große rohe Kartoffeln im Waſſer reiben, dieſes öfters erneuern, bis es klar iſt, die Kartoffeln feſt ausdrücken, das Waſſer abgießen und das am Boden der Schüſſel haftende Stärkemehl zu den Kartoffeln geben, ebenſo die gekochten, geriebenen Kartoffeln. Nun gibt man die kochende Milch darüber, würzt den Teig und arbeitet ihn gut durch. Die Semmeln werden in kleine Würfel geſchnitten und in Butter geröſtet. Nun formt man einen Probekloß und verfährt weiter wie bei der Kochvorſchrift für Knödel angegeben.

Kartoffelklöße von rohen Kartoffeln, auf fränkiſche Art. 1½ Kilo große Kartoffeln, 200 Gramm gekochte Kartoffeln, ¼ Liter Milch, 2 Eßlöffel Salz, 60 Gramm grober Grieß, ½ Semmel, 20 Gramm Fett.

Große, rohe Kartoffeln ſchälen und in viel Waſſer reiben, das öfters erneuert wird. Die gekochten Kartoffeln ſchälen und reiben. Milch und Salz zum Kochen bringen, den Grieß einſtreuen und 10 Minuten kochen laſſen. Die rohen Kartoffeln in einem Leinentuch feſt ausdrücken und auflockern, alles gut vermengen. Man formt mit der naſſen Hand einen Probekloß. In die Mitte kommen geröſtete Semmelwürfel. Iſt der Teig zu feſt, ſo gibt man noch Milch zu. Man kocht die Klöße auf mäßigem Feuer 15 bis 20 Minuten in einem breiten Topf in Salzwaſſer.

Statt Milch und Grieß kann man auch das am Boden der Schüſſel haftende Stärkemehl in den Teig geben. Auch können etwas mehr gekochte Kartoffeln ſtatt rohe genommen werden, wodurch die Klöße leichter werden.

Thüringer Klöße.

Sie werden wie fränkiſche Klöße zubereitet mit dem Unterſchiede, daß man ſtatt des Grießbreies ungefähr ⅓ der Menge roher Kartoffeln in Scheiben ſchneidet, zu einem Kartoffelbrei zubereitet und in die Maſſe gibt, oder gekochte und geriebene Kartoffeln nimmt und den Teig mit ½ Liter kochender Milch brüht.

Topfenknödel. ½ Kilo Topfen (Quarkkäſe), 60 Gramm Butter, 100 bis 120 Gramm Semmelbröſel, 4 Eier, Salz, Salzwaſſer.

Die Butter ſchaumig rühren, Eier, Topfen, Bröſel, Salz zugeben und, wenn der Probekloß hält, die Klöße ¼ Stunde in Salzwaſſer kochen. Oder man nimmt

30 Gramm Bröſel weniger und ſtatt deſſen 2 in Milch eingeweichte, gut ausgedrückte und verzupfte Semmeln ſowie 1 Eßlöffel Mehl zu den übrigen Zutaten und beendet die Zubereitung wie vorher.

Kartoffelkloß im Tuch gekocht. 40 Gramm Butter, 3 Eier, 8 große, gekochte Kartoffeln, Salz, Pilz- oder Gemüſereſte, Peterſilie, 1 bis 2 geriebene Semmeln.

Butter ſchaumig rühren, mit den Eiern, den geriebenen Kartoffeln, Semmelbröſeln und Gewürz ſowie gewiegte Pilz oder Gemüſereſte und gewiegte Peterſilie zu einem Teig verarbeiten und wie Semmelkloß, im Tuch gekocht, fertigſtellen.

Mehlknödel. 250 Gramm Mehl, 1 bis 2 Eier, Milch nach Bedarf, 1 Semmel, 10 Gramm Fett.

Aus dem Mehl und den Eiern mit Milch einen ziemlich feſten Teig bereiten, ¼ Stunde ſchlagen, geröſtete Semmelwürfel darunter mengen, mit dem Schöpflöffel oder mit der naſſen Hand Knödel formen und in Salzwaſſer kochen. Ganz oder in Stücke zerriſſen zu Tiſch geben, mit geröſteten Semmelbröſeln beſtreuen.

Einfache Leberknödel. ½ Kilo Rindsleber, 6 alte Semmeln, ⅛ bis ¼ Liter Milch, 40 Gramm Fett, Zwiebeln, Majoran, Salz (1 Ei), wenn nötig, etwas Mehl.

Die Semmeln fein ſchneiden, ſalzen, mit Milch brühen, Leber waſchen, häuten, ſchaben, dann Ei und in Fett gedünſtete Zwiebeln zugeben. Alles zu einem glatten Teig verarbeiten, runde Knödel formen, in kochendes Salzwaſſer einlegen und nach Vorſchrift fertigſtellen. Die übriggebliebenen Knödel ſchmecken gut in nicht zu dünne Scheiben geſchnitten und gebacken.

Hefeknödel. 450 Gramm Mehl, knapp ¼ Liter Milch, 2 Eier, Salz, 15 Gramm Hefe, Salzwaſſer.

Mit den Zutaten einen feſten Teig arbeiten und 2 Stunden in der Wärme gehen laſſen. Auf dem mit Mehl beſtäubten Nudelbrett leicht auswellen, mit dem bemehlten Glaſe Klöße ausſtechen und dieſe nochmals gehen laſſen. Dann ſetzt man ſie auf das Sieb des Kartoffelkochers und kocht ſie in Dampf etwa 10 bis 15 Minuten gar. Oder in einem möglichſt breiten Topfe Salzwaſſer zum Kochen bringen und ein reines Tuch feſt darüber binden, mit Mehl beſtäuben und die Klöße ſo auf das Tuch ſetzen, daß ſie ſich nicht berühren. Dann eine erwärmte Schüſſel ſo darüberſtürzen, daß der Dampf nicht entweichen kann. Ebenfalls 10 bis 15 Minuten im Dampf kochen laſſen. Beim Anrichten mit einer Gabel jeden Kloß auseinander reißen (nicht ſchneiden!) und mit heißer Butter abſchmälzen.

Verwendung von Knödelreſten.

Übrig gebliebene Knödel in gleichmäßig nicht zu dünne Scheiben ſchneiden und dieſe in der Pfanne in heißem Fett auf beiden Seiten braun und knuſperig braten.

Die in feine Scheiben geſchnittenen Knödel in heißes Schmalz in die Bratpfanne geben, mit 1 bis 2 verquirlten Eiern übergießen und unter öfterem Wenden backen.

Übrig gebliebene Knödel im Dunſt wärmen, mit der Gabel zerreißen, heißes Schmalz in die Pfanne geben, anbacken, 1 bis 2 Eier verquirlen, darüber gießen, in Butter gedünſtete, fein gewiegte Zwiebeln und Peterſilie dazu, nach Belieben fein geriebene Käſeſpitzen, und unter öfterem Wenden fertig röſten oder abröſten wie einen Schmarren.

Mehlſpeiſen, geſalzen

Spätzle. ½ Kilo Mehl, 2 Eier, 1 Teelöffel Salz, dazu warmes Waſſer, 2 Eßlöffel Butter, 1 Eßlöffel Semmelmehl zum Schmälzen.

Das Mehl mit etwas Waſſer anrühren, Eier und Salz zugeben, und den Teig, der nicht zu weich ſein darf, ſchlagen bis er Blaſen hat. Einen kleinen Teil des Teiges auf das naſſe Spätzlebrett geben und mit einem langen, dünnen Meſſer oder einem Spätzleſchaber dünne Streifen in kochendes Salzwaſſer ſchaben. Das Meſſer öfters in das Waſſer eintauchen. Wenn die Spätzle oben ſchwimmen, nimmt man ſie mit dem Schaumlöffel heraus und gibt ſie in einen Seiher, und fährt mit dem übrigen Teig ſo fort. Sind alle Spätzle fertig, ſchwenkt man ſie mit heißem Waſſer ab, läßt ſie abtropfen, und gibt ſie in eine heiße Schüſſel oder Platte und ſchmälzt ſie in mit Butter geröſtetem Semmelmehl ab.

Oder:

Man breitet die fertigen Spätzle auf einem Nudelbrett zum Abtrocknen aus, und gibt ſie kurz vor dem Anrichten noch einmal einen Augenblick in kochendes Waſſer, dann in einen Seiher und richtet ſie wie oben an. Auf dieſe Weiſe kleben die Spätzle nicht zuſammen.

Oder:

Die auf die erſte Art zubereiteten Spätzle mit kaltem Waſſer übergießen, abtropfen laſſen, dann in einer Kaſſerolle Butter braun werden laſſen und die Spätzle darin umwenden, aber nicht backen. Verwendet man eine Spätzlemühle, ſo muß der Teig etwas dünn ſein; übrig gebliebene Spätzle werden abgeröſtet. Ehe ſie fertig ſind, nach Belieben 1 bis 2 Eier darübergeben und mitröſten.

Breite Nudeln. (Zutaten und Kochvorſchrift ſiehe Nudelrezept bei Suppen.)

Man bereitet 4 bis 6 Nudelkuchen, läßt ſie trocknen, ſchneidet 1 Zentimeter breite Nudeln. Nach dem Trocknen unter Umrühren in kochendes Salzwaſſer geben, weichkochen, in kaltem Waſſer ſchwenken, und gut abtropfen laſſen. Die Nudeln in 50 Gramm zergehender Butter ſchwenken, würzen und gut heiß werden laſſen.

Nudel-Auflauf. 125 Gramm Band- oder Fadennudeln, 50 bis 70 Gr. Butter, 70 Gramm geriebenen Käſe, ⅛ Liter Rahm, 1 bis 2 Eier.

In Salzwaſſer die ſelbſtgemachten oder gekauften Nudeln weichkochen, in die ſchaumig gerührte Butter, 2 Eigelb, den Rahm, den Käſe, etwas Maggiwürze und den ſteifen Eiſchnee geben; die Nudeln daruntermiſchen und den Auflauf ¾ Stunden im Backofen backen.

Schnellgericht für Nudeln.

Nudeln kurz und breit geſchnitten, kocht man in Salzwaſſer und gibt ſie dann in die mit Butter gelb angelaufenen Bröſeln.

Oder:

Man miſcht die gekochten Nudeln mit in Bratenfett angelaufener Peterſilie, richtet ſie an, eventl. um das Fleiſch herum und ziert mit Peterſilieſträußchen.

Oder:

Man läßt Peterſilie in Butter anlaufen, gibt die gekochten Nudeln hinein, dünſtet ſie darin und gibt dann eine Handvoll Parmeſankäſe darüber, macht hierauf einen Kranz von Nudeln, gibt abgeſprudeltes Ei darüber, ſtellt ihn in das heiße Rohr, bis er ſchön gelb wird.

Nudel-Platz. 125 Gramm mittelfeine Bandnudeln, etwas geriebener Käſe, gewiegte Peterſilie, Semmelbröſel und Salz.

Die Nudeln in Salzwaſſer abkochen, abgießen, und mit Käſe und Peterſilie vermiſchen. In einer flachen Bratpfanne 1 Stück Butter oder beſſer Butterſchmalz heiß werden laſſen. Die Pfanne mit Bröſel ausſtreuen, die Nudeln 3 bis 4 Zentimeter dick hineingeben, und auf einer Seite bei mäßiger Hitze backen. Dann den Kuchen auf einen Teller ſtürzen, wenn nötig noch etwas Schmalz in die Pfanne geben, ſonſt aber nur Semmelbröſel, den Nudelplatz hineingleiten laſſen und auf der anderen Seite fertig backen. Nicht im Rohr, ſondern wie Pfannkuchen auf dem Herd backen.

Makkaroni.

¼ Kilo Makkaroni brechen, in reichlich kochendem Salzwaſſer weich kochen, abgießen und weiter behandeln wie obige Nudeln. Beim Anrichten geriebenen Käſe, Salz und Muskat darüberſtreuen.

Makkaroni mit Tomaten.

In die vorher gekochten, in heißer Butter geſchwenkten Makkaroni gibt man einige Löffel Tomatenmark, nach Belieben Sauermilch und läßt alles zuſammen durchziehen.

Makkaroniſalat.

Die Makkaroni gut weichkochen und mit dünnflüſſiger Mayonnaiſe gut miſchen.

Makkaroni-Pudding. 150 Gramm gekochte Makkaroni, 100 Gramm Parmeſankäſe, 3 bis 4 Eier, 40 Gramm Butter, Salz, gedünſtete Pilze und Tomaten, etwas ſauren Rahm.

Butter ſchaumig rühren, Eigelb, Rahm und Käſe, Eierſchnee dazugeben. Die Maſſe abwechſelnd mit Stücken von geſchälten Tomaten, Tomatenmark oder Pilzen und die gekochten Makkaroni in die geſtreute Form geben. Den Pudding in Waſſer 1 Stunde kochen, beim Anrichten Tomaten- oder Pilzſoße dazu reichen. Man kann die angegebenen Zutaten auch unter die fertigen Makkaroni miſchen und den Pudding wie angegeben fertigſtellen.

Grieß-Schmarrn.

½ Liter Milch und 125 Gramm Grieß, etwas Butter und Salz zuſammenkochen, wenn die Maſſe abgekühlt, 2 bis 3 Eier dazufügen, und die Maſſe in die Pfanne in heißes Schmalz geben. Wenn der Schmarrn auf beiden Seiten eine Kruſte hat, wird er in kleine Stücke zerriſſen und unter beſtändigem Wenden gebacken, bis alle Teile braun und knuſperig ſind. Der Schmarrn läßt ſich auch ohne Eier herſtellen.

Einfacher Semmelſchmarrn: 6 Semmeln, ¼ Liter Milch, 1 bis 2 Eier, 2 Eßlöffel zerlaſſene Butter, Salz und fein gewiegte Kräuter nach Belieben.

Die Semmeln in feine Scheiben ſchneiden, die mit den Eiern verquirlte Milch nach und nach darübergießen und die Semmeln weichen laſſen; dieſe dürfen nicht zu feucht werden. Dann die fein gewiegten Zwiebeln und Butterſchmalz heiß werden laſſen, mit dem Brot und geriebenem Käſe verrühren und den Teig wie jeden anderen Schmarrn in heißem Schmalz in der Bratpfanne backen.

Kartoffel-Schmarrn.

Ebenſo viel kalt geriebene Kartoffeln als Mehl, Salz und Muskat, Peterſilie und fein gewiegte Zwiebeln nach Geſchmack zuſammenmiſchen und den Schmarrn in der Pfanne in heißem Schmalz unter beſtändigem Umwenden backen.

Polenta. ¼ Kilo Polenta (italieniſcher Maisgrieß), 1 Liter Waſſer, 100 Gr. Reibkäſe, 50 Gramm Butter, 1 Kaffeelöffel Salz.

Maisgrieß in kochendes Salzwaſſer rühren und zu einer feſten Maſſe kochen laſſen. Die Maſſe auf ein Brett ſtürzen, gleichmäßig auseinanderdrücken, Scheiben ſchneiden, mit geriebenem Käſe beſtreuen, mit heißer Butter abgießen, zu Gemüſe, Soßen oder Salat zu Tiſch geben. Man kann den Brei auch wie Reis in Formen drücken oder ſtürzen. Übrige Polenta ſchneidet man in Schnitten, bäckt ſie in heißem Schmalz, beſtreut ſie nach Belieben mit Zucker. (Mit Salz zu Salat; mit Zucker zu gekochtem Obſt.)

Brandteig mit Hefe.

15 Gramm Hefe in ⅛ Liter Milch oder Wein auflöſen, 1 bis 2 Eigelb, 100 Gramm Mehl, ein nußgroßes Stück zerlaſſene Butter und den Schnee von 2 Eiern und etwas Salz beifügen.

Brandteig mit Wein.

125 Gramm Mehl, Schnee von 2 Eiweiß, Salz, 2 Löffel heißes Schmalz und ſo viel Wein oder Waſſer, daß es einen dicken Teig gibt.

Brandteig mit Öl.

¼ Liter Wein, ¼ Liter Mehl, 1 Ei, 1 Löffel Öl und etwas Salz abquirlen.

Reisſpeiſen, geſalzen

Reiskranz mit Käſe.

In Fleiſchbrühe dick eingekochter Reis wird zum Erkalten geſtellt. Dann gibt man Gewürz, Salz, Muskat und einige Eier dazu, treibt den Reis auf einem naſſen Brett zu einer dicken Platte aus, ſtreut darauf ziemlich dick geriebenen Parmeſan- oder anderen Hartkäſe, dreht den Teig wurſtartig zuſammen, legt ihn in eine mit Fett ausgeſtrichene Springform und bäckt ihn 15 bis 20 Minuten. Vor dem Anrichten beſtreicht man den Kranz mit zerlaſſener Butter und ſtreut noch etwas Käſe darüber.

Geſchmorter Reis.

In Gemüſebrühe läßt man den Reis gut ausquellen, doch ſo, daß er noch ſchön körnig iſt. Dann läßt man Butter heiß werden, gibt den Reis hinein und ſchmort ihn, bis er ſchön gelblich geworden iſt. Man gibt Tomaten- oder Kräuterſoße dazu.

Gebackener Reis.

In Fleiſchbrühe gedünſteten und dann erkalteten Reis miſcht man mit Ei und fein geſchnittenem Kalbfleiſch, formt davon kleine Würſtchen, dreht dieſe in Ei und bäckt ſie dann in Schmalz heraus.

Knödel von Reis.

50 Gramm Fett treibt man mit Eigelb und einem ganzen Ei ab, miſcht dazu ziemlich feſt gekochten Reis, 3 gute Löffel Mehl, fein geſchnittenes Schinkenfleiſch, formt davon kleine Knödel, die man in Suppe fertig kocht. Man ſerviert ſie mit der Suppe.

Geſtürzter Reiß.

Der Reis wird wie Riſotto mit Käſe zubereitet, dann legt man eine Form mit Speckſcheiben aus, gibt eine Lage von dem Reis hinein, ſtreut darüber würfelig geſchnittenen Schinken, Hartwurſt oder Zunge, darauf gedünſtete grüne Erbſen, dann wieder Reis und wiederholt dies, bis die Form voll iſt. Dann läßt man die Form 20 Minuten im warmen Rohr ſtehen, ſtürzt den Reis, entfernt die Speckſcheiben und ſerviert Suppe dazu.

Tomateneier im Reiskranz.

Der Reis wird wie oben zubereitet und ausgerollt. Tomatenmark wird mit Brühe oder Waſſer und Zitronenſaft verdünnt, auf den Reis geſtrichen. Dann kocht man Eier hart, ſchneidet ſie in Scheiben, legt ſie auf den Reis, rollt den Teig zuſammen, dreht denſelben in Ei und Bröſel, bäckt ihn in der Springform und ſerviert Tomatenſoße dazu.

Fleiſchreſtenreis.

Den Reis dünſten wie Riſotto, aber ohne Käſe. Man miſcht dann würfelig geſchnittenes Fleiſch von allerlei Bratenreſten, ſamt dem Bratenſafte und in

Stücke geſchnittene, ebenfalls gedünſtete Schwämme zum Reis, richtet dieſen bergartig auf der Schüſſel an und ſerviert klare Fleiſchbrühe dazu.

Reis auf Mailänder Art.

Rohes Fleiſch von verſchiedenem Geflügel in Stücke ſchneiden, dann mit Bratenſaft oder gutem Fett, allerlei fein geſchnittenen Wurzeln und Zwiebeln abdünſten. Man miſcht dies dann mit viel geriebenem Käſe zu Riſottoreis, füllt alles in eine glatte Form, drückt feſt ein, ſtellt dieſe in ein heißes Waſſerbad, nimmt ſie nach einer Weile heraus, ſtürzt den Reis auf eine Platte und ſerviert dazu geriebenen Käſe und Suppe.

Reis mit Geflügelreſten.

Zu Fett von halb Knochenmark und halb Butter oder auch nur Knochenfett, das rein und ſehr heiß ſein muß, gibt man ziemlich viel große Zwiebelſcheiben, läßt dieſe gelb anlaufen und gibt dann ſchönen, gewaſchenen Reis in das Fett (auf 75 Gramm Fett nimmt man 200 Gramm Reis). Hat der Reis das Fett eingeſogen, ſo gibt man kochend heiße Brühe nach, deckt den Topf zu und läßt die Brühe auf ſchneller Hitze einkochen. Dies wiederholt man ſo lange, bis der Reis genügend weich iſt, nimmt dann die Zwiebelſcheiben heraus und miſcht auf das oben genannte Quantum Reis 35 Gramm geriebenen Parmeſankäſe dazu. Der Reis darf nicht zu weich, nicht zu hart ſein, nicht fett ausſehend, aber doch ſchön glänzend, nicht trocken, aber auch nicht flüſſig ſein. Nun gibt man noch kleine Stücke von gedünſtetem zerlegtem Geflügel, oder auch geröſtete Leber zum Reis. Man ſerviert dazu noch Fleiſchbrühe (klare) und geriebenen Käſe.

Türkiſcher Reis.

Gewaſchenen Reis gibt man in kochendes Salzwaſſer (auf 100 Gramm Reis nimmt man $^3/_{10}$ Liter Waſſer), deckt ihn zu und läßt das Waſſer einkochen; hierauf zieht man den Topf auf die Seite des Feuers, gibt einige Löffel recht gutes, heißes Bratenfett zum Reis, verrührt dies mit einer Bratengabel und läßt alles eine halbe Stunde ſtehen. Dann ſchüttet man den Reis auf eine Schüſſel, miſcht gebratenes, würfelig geſchnittenes Hammelfleiſch ſamt dem Saft dazu und richtet ihn ſchön an.

Milchſpeiſen, geſalzen

Milchſpätzle oder Farferl.

Man gibt ¼ Kilo Mehl in eine Schüſſel, verquirlt dann 2 Eier mit Salz und kaltem Waſſer oder Milch mit einer weitzinkigen Gabel, gießt dies unter fortwährendem ſchnellen Rühren mit der Gabel zu dem Mehl und rührt mit der Gabel ſo lange, bis alles Mehl feinbröſelig geworden iſt und läßt es dann langſam in 1—1½ Liter kochende Milch einlaufen, kocht fertig, ſalzt nach Geſchmack und ſerviert. Nach Belieben kann man auch noch etwas Parmeſankäſe hineinreiben. — Das Gericht ſoll gut ſuppig ſein.

Milchſuppen von Weizen-, Roggen- und Schrotmehl.

Sollen in der Suppe kleine Klümpchen bleiben, ſo rührt man eines der drei Mehle trocken in die kochende Milch, die man mit dem Schneebeſen rührt; im anderen Fall, wenn die Suppe glatt und ſämig werden ſoll, rührt man das Mehl zuerſt mit etwas kalter Milch glatt und läßt es dann in die kochende Milch laufen. Man würzt mit Salz und um den Geſchmack zu erhöhen, gibt man wenige Tropfen Maggiwürze dazu.

Milchſuppe mit Käſe.

Die Milch wird mit Salz und Kümmel gewürzt, zum Kochen gebracht, etwas Parmeſankäſe oder auch anderer Hartkäſe recht fein hineingerieben, glatt kochen gelaſſen und gleich ſerviert.

Frühſtückſuppen von Flocken oder Grützen.

1 Liter Milch ſalzt man nach Geſchmack und läßt darin 100 Gramm Flocken oder Grütze gar ziehen, wonach man noch mit heißer Milch verdünnen kann.

Polenta mit Milch.

Maisgrieß oder -mehl wird in geſalzener Milch recht dick eingekocht und dann erkalten gelaſſen. Nun ſticht man ihn heraus und röſtet ihn in Fett oder Butter ab und ſerviert Milch in Taſſen dazu.

Gebackene Maisſchnitten.

1½ Liter Milch ſalzt man und bringt ſie zum Kochen; dann läßt man den Maisgrieß einlaufen und kocht ihn ſo lange, bis er ſich von dem Geſchirr löſt. Hierauf läßt man ihn etwas abkühlen, rührt 2 bis 3 Eier darunter, feuchtet dann ein Holzbrett (Nudelbrett) mit Waſſer an, ſchüttet den Brei darauf und arbeitet ihn zu einer 1 bis 2 Zentimeter dicken Platte aus, die man gleichmäßig mit geriebenem Hartkäſe beſtreut und ganz erkalten läßt. Dann fettet man ein Backblech gut ein, ſchneidet von der Platte rechteckige Schnitten, legt dieſe auf das Blech, gibt auf jede einige Butterſtückchen und läßt das Ganze etwa eine halbe Stunde im Ofen backen. Man gibt dieſe Schnitten zu Kaffee, Milch, oder auch zu gekochtem Dörrobſt.

Grießklöße mit Käſe.

1 Liter geſalzene Milch bringt man zum Kochen, läßt 200 Gramm halb Weizen- und halb Maisgrieß einlaufen und kocht es zu einem dicken Brei. Nun macht man etwas Butter warm, reibt etwas Hartkäſe recht fein und ſticht nun mit dem Löffel, den man zuerſt in die heiße Butter taucht, zierliche Klößchen, legt dieſe auf eine heiße Platte, ſtreut von dem Käſe darüber, gibt wieder Klöße darauf — Käſe — uſw. und baut ſo eine Pyramide auf; zuletzt röſtet man in der Butter etwas feine Zwiebeln ſchön gelb und gibt ſie über das Ganze.

Saure Milch.

Friſche Milch gießt man in nicht zu tiefe Glas- oder Porzellanſchalen, die etwa ½ Liter faſſen. Die Milch wird an einem gleichmäßig warmen Ort aufgeſtellt. (20 Grad Celſius.) Sobald ſie geſtockt iſt, kann ſie verwendet werden. Die Milch kann geſundheitsſchädlich ſein, wenn eine graue Farbe an der Oberfläche zu erkennen iſt. Man genießt die Milch mit Zucker, Zimt, geriebenem Brot, oder ſie wird ſchaumig gequirlt und in Gläſern zu Tiſch gegeben.

Saure Milchſuppe. 1¼ Liter Milch, 1¼ Liter Waſſer, 1 Liter ſaure Milch, 1 Eßlöffel Stärkemehl oder 2 Löffel Weißmehl, 80 Gramm Brot, 20 Gramm Butter zum Röſten, etwas Salz.

Mehl mit Waſſer glatt rühren, Milch und die entrahmte Sauermilch unter ſtändigem Schlagen zum Kochen bringen, das angerührte Teiglein dazugeben, mitſchlagen bis die Suppe kocht und ſchaumig iſt. Rahm in der Suppenſchüſſel verrühren, Suppe nachgießen, würzen und geröſtete Brotwürfel hinzugeben. Nach Geſchmack Zimt und Zucker daran.

Käſeſpeiſen

Käſeſuppen.

Etwa 30 Gramm Mehl läßt man in Fett anlaufen, gibt dazu fein geſchnittene Zwiebeln, läßt ſie mitlaufen, löſcht dann mit Waſſer ab und kocht alles ½ Stunde, gibt nun 70 Gramm geriebenen Hartkäſe dazu und läßt alles noch einmal aufkochen, worauf man mit Salz abſchmeckt. Inzwiſchen verrührt man in die Suppenſchüſſel ein Eigelb mit einigen Löffeln Milch, würzt mit etwas Muskatnuß, ſchüttet die Suppe darüber und gibt noch geröſtete Semmelwürfel hinein.

Oder:

Man röſtet Semmelbröſel in Fett ſchön gelb, löſcht mit 1 Liter Fleiſchbrühe, die man ſchnell aus Maggis Fleiſchbrühwürfeln bereiten kann, ab, läßt aufkochen, würzt mit Muskatnuß und Schnittlauch und gibt dann den geriebenen Käſe hinein und ſerviert gleich.

Käſe als Brotaufſtrich.

50 Gramm Butter wird ſchaumig gerührt und mit einem Löffel feinem Senf und 150 Gramm geriebenem Käſe gut gemiſcht und auf Schwarzbrotſchnitten geſtrichen. Man kann dieſe Miſchung auch einige Tage in einem gut verſchloſſenen Glas zur beliebigen Verwendung aufbewahren.

Oder:

Man läßt 130 Gramm Butter zerlaufen, rührt ſie ſchaumig, ſtreicht 2 harte Eigelb durch ein feines Sieb und miſcht dieſe mit 100 Gramm fein geriebenem harten Fettkäſe zur Butter, würzt alles mit Pfeffer und rührt das Ganze, wenn nötig unter Zuhilfenahme von etwas Milch ſchaumig und ſtreicht die Maſſe auf Schwarzbrotſchnitten.

Chineſenreis mit Käſe.

250 Gramm Reis gibt man auf ein Sieb und überbrüht ihn mit kochendem Waſſer, ſchüttet ihn nun in reichlich kochendes Salzwaſſer und läßt ihn 20 Minu-

ten kochen, bis er weich, aber noch körnig iſt. Dann nimmt man ihn mit dem Seiher heraus, legt ihn auf eine heiße Platte, beſtreut ihn mit geriebenem Käſe, gießt heiße, braune Butter darüber, beſtreut noch mit fein geſchnittenem Schnittlauch oder Peterſilie und ſerviert.

Käſeſchnitten, gebacken.

Man ſchneidet 1 Zentimeter dicke Brotſcheiben, taucht ſie ſchnell in heißes Waſſer und legt ſie zum Abtropfen auf ein Tuch. Dann macht man von 80 Gramm Mehl, 2 Eiern, Salz, 1/10 Liter Milch, 100 Gramm geriebenem guten Hartkäſe einen dicken Omeletteteig, beſtreicht damit die Brotſchnitten auf einer Seite und bäckt ſie in heißem Fett auf beiden Seiten ſchön braun.

Spiegeleier mit Käſereis.

¼ Kilo Reis wird mit heißem Waſſer überbrüht und dann in viel Salzwaſſer körnig gekocht. Hierauf nimmt man ihn mit einem Seiher heraus, gibt ihn auf eine heiße Platte, ſtreut dazwiſchen 50 Gramm geriebenen Käſe, bäckt Spiegeleier und richtet ſie ſamt dem Fett ſchön auf dem Reis an. Man gibt dazu Gemüſe oder grüne Salate.

Käſereis gebacken.

In ¾ Liter Waſſer gibt man etwas Butter und Salz, läßt es aufkochen und gibt 300 Gramm gewaſchenen Reis dazu, den man darin körnig kocht. Dann ſtreicht man eine Form gut mit Fett oder Butter aus, gibt eine Lage Reis hinein, ſtreut dazwiſchen geriebenen Käſe, gibt wieder eine Lage Reis uſw., bis die Form voll iſt; obenauf gibt man 2 bis 3 Eier, die man mit ⅓ Liter Milch verquirlt hat und bäckt das Ganze ¼ Stunde im Rohr.

Arme Ritter aus Pumpernickel zum Käſe.

Zwei Scheiben Pumpernickel beſtreicht man mit Butter, gibt fein geriebenen Parmeſankäſe darauf, legt die Scheiben zuſammen, dreht ſie in Ei und Bröſel und bäckt ſie in ſchwimmendem Fett.

Blumenkohl mit Käſe.

Ein ſchöner großer Blumenkohl wird gereinigt und einige Zeit in kaltes Salzwaſſer gelegt, um das Ungeziefer daraus zu entfernen. Dann kocht man ihn in Salzwaſſer, dem man eine Taſſe Milch beigegeben hat, nimmt ihn dann vorſichtig heraus, gibt ihn auf eine warme Platte, beſtreut ihn mit geriebenem Käſe und gießt braune Butter darüber. Nach Belieben kann man in der Butter feine Bröſel anröſten und mit darüber geben.

Kartoffeln, gebacken mit Käſe.

Kartoffeln werden gekocht, geſchält, fein geſchnitten (Scheiben) und die Hälfte davon in eine gut ausgebutterte Form gegeben. Darauf gibt man nun etwas Salz, in ganz feine Scheiben geſchnittenen Käſe, einige Butterſtückchen, dann die noch übrigen Kartoffeln, wieder Käſe, Butter, Salz, verquirlt dann 2 bis 3 Eier mit 1 Taſſe Milch oder gutem Rahm und 1 Priſe Salz, gießt dies darüber und bäckt das Ganze im Ofen ſchön gelb. Backdauer etwa ½ bis ¾ Stunden.

Käſeflädle.

Von 200 Gramm Mehl, Salz, ⅓ Liter Milch und 2 Eiern macht man einen glatten Omeletteteig, bäckt davon 4 bis 5 Pfannkuchen, rollt dieſe auf und ſchneidet ſie fein nudelig. Dann fettet man eine Backform gut aus, gibt Flädlein und 100 Gramm geriebenen Käſe lagenweiſe in die Form, verrührt dann 2 Eier mit 1 Taſſe Milch und etwas Salz, gießt dies darüber und bäckt das Ganze im Ofen etwa 20 Minuten. Nach 10 Minuten nimmt man die Form heraus, beſtreicht oben mit Butter und bäckt dann weiter.

Käſeomelette.

Von 200 Gramm Mehl, ⅓ Liter Milch, Salz, Eiern und 130 Gramm geriebenem Käſe macht man einen glatten, dicklichen Teig, der noch vom Löffel fließen ſoll, gibt eine gute Meſſerſpitze voll Backpulver dazu, damit er luſtiger wird und bäckt davon 4 bis 5 Omeletten, die man während des Backens zudeckt, weil ſie dann beſſer aufgehen.

Käſepudding.

Eine Puddingform wird gut gefettet und dann mit angefeuchteten Weißbrotſcheiben ausgelegt. Nun rührt man 50 Gramm Butter glatt, miſcht dazu 2 Eigelb, 2 Löffel Mehl, einen Teller voll fein geſchnittenes, in Milch eingeweichtes Weißbrot, 100 Gramm geriebenen Käſe, 1 Priſe Salz und Muskat, ½ Taſſe Milch oder beſſer Rahm, und den Schnee von 2 Eiern, füllt alles in die Form, gibt obenauf noch ein, mit etwas Milch und 1 Teelöffel Mehl verrührtes Ei und kocht den Pudding 1½ bis 1¾ Stunden im Waſſerbad, worauf man ihn ſtürzt.

Rahmpudding mit Käſe.

$^2/_{10}$ Liter ſauren Rahm rührt man mit 4 Eigelb an, gibt dazu etwas Salz und $^2/_{10}$ Liter Weizenmehl, verrührt ganz glatt, miſcht dann den Schnee der vier Eiweiß dazu, füllt die Maſſe in eine mit Butter ausgeſtrichene und mit Mehl ausgeſtaubte Form, kocht ſie ½ Stunde im Waſſerbad, ſtürzt ſie, ſchneidet den Pudding in Stücke, legt dieſe mit den Schnittflächen nach oben auf eine erwärmte Schüſſel, beſtreut ſie mit fein geriebenem Parmeſankäſe und gießt etwas braune Butter darüber. Dann garniert man mit gedünſteter Leber oder aufgeſchnittener warmer Pökel- oder Räucherzunge.

Käſeauflauf.

In 70 Gramm Butter läßt man 50 Gramm Kartoffelmehl anlaufen, vergießt es dann mit $^2/_{10}$ Liter ſüßem Rahm, gibt 70 Gramm geriebenen Parmeſan- und 30 Gramm geriebenen anderen Hartkäſe, ½ Teelöffel Zucker, 1 Priſe weißen Pfeffer und Salz dazu, verrührt alles gut, läßt es erkalten, treibt es dann mit 3 Eigelb ab, miſcht den Schnee der 3 Eiweiße dazu, füllt alles in eine Form und bäckt die Maſſe.

Käſetorte von Hartkäſe.

2 große Eßlöffel Mehl rührt man mit $^4/_{10}$ Liter Milch ab, gibt 6 Eigelb dazu und rührt es auf dem Feuer, bis es dicklich wird, miſcht nun 6 Eßlöffel ge-

riebenen Parmeſankäſe, 1 Priſe Zucker, Salz und Pfeffer dazu und läßt das Ganze auskühlen. Nun bereitet man Butterteig von 250 Gramm Mehl und 250 Gramm Butter, Salz und Waſſer. Aus Mehl, Salz und Waſſer macht man einen lockeren Teig, arbeitet die Butter in einem naſſen Tuch gut ab, ſchlägt ſie dann in den Teig ein, treibt dieſen aus, ſchlägt ihn wieder zuſammen, treibt ihn wieder aus und wiederholt dies noch einmal, worauf man ihn auf Eis ¼ Stunde raſten läßt. Dann treibt man ihn zweimal hintereinander aus und ſchlägt ihn wieder zuſammen, läßt ihn wieder raſten, dann noch zweimal austreiben und zuſammenſchlagen, raſten laſſen und nun verwenden. — Man treibt den Teig aus, ſticht daraus eine dicke Platte, beſtreicht ſie dick mit der Käſecreme, macht darum einen Rand von Teig, über die ganze Creme ein Gitter von Teig, beſtreicht alles mit abgebrühtem Eigelb und bäckt die Torte ½ Stunde im Rohr.

Käſekrapfen.

In 70 Gramm zerlaſſener Butter verrührt man 100 Gramm Mehl auf dem Feuer, gibt unter beſtändigem Rühren einen ſchwachen halben Liter Milch dazu, nimmt es, wenn es ganz glatt iſt, vom Feuer, rührt nun 70 Gramm geriebenen Parmeſankäſe, 6 Eigelb, etwas Salz und Pfeffer und 1 Priſe Zucker gleichzeitig dazu, ſtellt alles wieder auf den Ofen und rührt es, bis es ſich vom Geſchirr löſt und ganz dick geworden iſt, worauf man es auskühlen läßt. Die kalte Maſſe gibt man auf ein Brett, treibt ſie nicht zu dünn aus, ſticht darauf die Krapfen aus, die man dann in einer gut gebutterten Kaſſerolle bei mäßiger Hitze auf beiden Seiten bäckt. Beim Anrichten ſtreut man noch etwas geriebenen Käſe darüber.

Gebackener Käſe.

Schöner Emmentaler-, Tilſiter- oder Schweizerkäſe wird in länglich viereckige, nicht zu dünne Scheiben geſchnitten. Die Scheiben werden nun in Mehl, dann in Ei und zuletzt in feine Bröſel getaucht, eine Weile liegen gelaſſen und dann in heißem Fett auf beiden Seiten ſchön braun gebacken. Beim Anrichten gibt man ſie auf eine warme Platte und garniert in der Mitte mit gebackener Peterſilie.

Käſeſalat.

Guten fetten Käſe ſchneidet man in feine, kleine Scheibchen, bereitet dann von Eſſig, Öl, etwas Salz, Pfeffer, Senf, Kümmel und gutem Rahm eine Soße, miſcht dieſe mit den Käſeblättchen und läßt das Ganze bis zum Anrichten einige Stunden zugedeckt ſtehen.

Gefrorene Käſeplatte aus Reſten.

Verſchiedene Sorten Hartkäſe werden fein gerieben und dann mit Butter und Rahm zu einem feſten Teig gemacht. Nun gibt man einen Teil davon in eine gefettete Form, ſtreut viel geriebenen Pumpernickel darauf, färbt einen Teil mit Paprika, gibt ihn darauf und dann noch eine dritte Lage Käſe, welche weiß bleibt — etwas Käſe behält man zurück. — Die Form wird nun gut verſchloſſen und in Eis eingegraben. Von dem noch übrigen Käſe macht man Trüffeln in Form von kleinen Kugeln, dreht dieſelben in geriebenem Pumpernickel und garniert damit den geſtürzten Käſe. Um die Platte zu verſchönern, garniert man noch mit in Figuren geformter Butter, Brezeln, Radieschen uſw.

Holländiſche Käſeſpeiſen. (Auch von Reſten.)

Käſeſpeiſe mit Tomatenreis.

1/8 Kilo Butter wird mit 2 Eiern ſchaumig gerührt; dazu gibt man 2 Eßlöffel geriebenen Parmeſankäſe, etwas Salz und Muskatnuß, arbeitet unter dieſe Maſſe 700 Gramm Mehl und 1½ Päckchen Backpulver (1,5); wenn der Teig zu feſt werden ſollte, ſtreckt man ihn mit Milch, bis er ſich gut ausrollen läßt. Nun läßt man ihn ½ Stunde raſten, treibt den Teig dann fingerdick aus und belegt damit den Boden und Rand einer Springform. Dann kocht man den Reis in Fleiſchbrühe mit Wurzelwerk dick ein, rührt, nachdem er faſt erkaltet iſt, 1 Ei dazwiſchen, gibt davon eine Lage auf den Teig in die Springform, darauf eine Lage in Scheiben geſchnittene Tomaten, dann wieder Reis uſw., bis die Form voll iſt; den oberſten Teil verziert man mit einem Gitter von Käſeteig und bäckt dann das Ganze bei guter Hitze. Man ſerviert dazu folgende Käſeſoße: Butter läßt man mit etwas Mehl hell anlaufen, löſcht mit kalter Milch ab und läßt es ſämig kochen; kurz vor dem Anrichten gibt man Salz, Pfeffer und fein geriebenen Käſe nach Geſchmack dazu.

Käſeſpeiſe mit Riſotto.

Dazu macht man einen Käſeteig wie oben, kocht dann Reis in Fleiſchbrühe dick, aber körnig, gibt zu dem Reis würfelig geſchnittenes Fleiſch oder Bratenreſte jeglicher Art, Spargel oder Schwarzwurzeln, grüne Erbſen oder Erdartiſchocken und verfährt dann weiter wie oben. — Man gibt dazu ebenfalls Käſeſoße.

Käſeſpeiſe mit Nudeln und Blumenkohl.

Man bereitet einen Käſeteig wie oben, legt damit eine Springform aus, gibt darauf eine Lage in Salzwaſſer abgekochter Nudeln, darüber etwas von der angegebenen Käſeſoße, darauf wieder Nudeln und Soße; dann beſteckt man die ganze Oberfläche mit in Salzwaſſer halb weich gekochten Blumenkohlröschen, mit den Stielen in den Nudeln, überſtreut alles dick mit in Butter geröſteten Bröſeln, macht ein Gitter von dem Teig darüber und bäckt es bei guter Hitze fertig. — Dazu ſerviert man Käſeſoße. — Anſtatt Nudeln kann man auch gekochte, geſchälte und in Scheiben geſchnittene Kartoffeln verwenden.

Käſeſpeiſe mit geräuchertem Fiſch.

Eine Springform wird mit oben angegebenem Teig ausgelegt; Weißbrotſchnitten werden in Milch getaucht und auf den Teig gelegt, darauf geräucherte Fiſchreſte aller Art, welche man mit etwas fein gehackter Peterſilie beſtreut, darauf wieder eingeweichte Brotſchnitten, dann Fiſch uſw., bis die Form voll iſt. Hierauf übergießt man das Ganze mit Käſeſoße, macht ein Teiggitter darüber und bäckt es bei guter Hitze fertig. — Anſtatt des Brotes kann man auch Kartoffelſcheiben nehmen. Man muß aber dann ſtatt geräucherten Fiſch, gekochten, gebratenen Fiſch oder Reſte davon verwenden.

Käſeſpeiſe mit Äpfel (ſüß).

125 Gramm Butter, ebenſo viel Zucker und 2 Eier rührt man ſchaumig; dazu rührt man nach und nach ¼ Kilo Topfen oder Weißkäſe (Quark), fügt 1½ Päckchen Backpulver dazu und dann ſo viel Mehl, bis es einen feſten Teig gibt, der ſich gut ausrollen läßt. Rollt ihn dann aus, belegt damit eine Springform auf Boden und Rand, gibt darauf eine Lage in Scheiben geſchnittener Äpfel, beträufelt ſie mit Wein, beſtreut mit Weinbeeren und Zucker und bäckt das Ganze dann dreiviertel im Ofen fertig. Dann ſtellt man folgende Käſecreme her: $^1/_8$ Butter, $^1/_8$ Zucker, 2 Eigelb werden ſchaumig gerührt und ſo viel Topfen darunter gerührt, bis es eine dickflüſſige Creme gibt, zieht dann das zu Schnee geſchlagene Eiweiß darunter, gibt noch etwas Zitronenſaft oder das Abgeriebene 1 Zitrone dazu, gießt das Ganze über den Kuchen und bäckt es fertig. — Anſtatt Äpfel kann man auch andere Früchte verwenden, ſowie auch eingemachtes Obſt.

Käſepüree mit Reis.

Man bereitet einen Teig, wie vorher angegeben, belegt damit eine Springform auf Boden und Rand; kocht dann Reis in ſüßer Milch dick, aber nicht weich, ſondern körnig, und läßt ihn erkalten. Dann rührt man Käſecreme wie vorher, aber das doppelte Quantum, miſcht die Hälfte davon unter den Reis. Auf den Teig in die Form gibt man nun zuerſt eine Lage eingemachter Preiſelbeeren, dann eine Lage Reis uſw., bis die Form voll iſt, gibt nun oben darauf den Reſt der Creme und bäckt alles fertig.

Auf dieſelbe Weiſe kann man den Teig auch mit dick eingekochtem Grieß belegen.

Topfenſpeiſen. (Topfen, auch Weißkäſe oder Quark genannt)

Topfenknödel.

Man treibt 70 Gramm Butter mit 1 Ei und 3 Eigelb ab, miſcht einen Teller voll geriebenen Topfen, halb ſo ſchwer Grieß als Topfen, eine Handvoll Bröſel, $^2/_{10}$ Liter Mehl und das nötige Salz dazu und formt aus dieſer Miſchung Knödel, die man dann in Salzwaſſer kocht und mit Butter und Bröſel abſchmälzt.

Oder: Man gibt zu derſelben Maſſe etwas Zucker, kocht in geſüßter Milch, bereitet dann eine Vanilleſoße, die man zu den Knödeln ſerviert.

Topfennockerl.

250 Gramm geriebenen Topfen verrührt man mit 3 Eiern, ein wenig Salz, ſauren Rahm und $^3/_{10}$ Liter Mehl zu einem lockeren Teige. Dann läßt man in einer großen Kaſſerolle 60 Gramm Butterſchmalz mit 6 Eßlöffeln Waſſer heiß werden, legt mit einem Löffel große Nocken vom Teig hinein, deckt gut zu, damit kein Dampf heraus kann und kocht die Nocken, bis man ſie praſſeln hört. Sind ſie unten braun geworden, übergießt man ſie mit 3 Eßlöffeln ſaurem Rahm und richtet ſie bald an. Beim Anrichten kann man auch mit ein wenig Milch übergießen und mit Zucker beſtreuen.

Topfennudeln.

Man bereitet Nudelteig von 2 Eiern, ſchneidet ſie etwa bleiſtiftbreit, kocht ſie in Salzwaſſer, ſeiht ſie ab, gibt ſie in heißer Butter in eine Kaſſerolle, miſcht gut ⅛ Liter ſauren Rahm, den man mit 2 Eiern abgeſprudelt hat, und ſchwach ¼ Kilo geriebenen Topfen dazu und läßt das Ganze etwas aufröſten.

Topfen mit kleinen Rettichen oder Radieschen.

Radieschen reibt man recht fein oder treibt ſie durch die Fleiſchmaſchine (Wolf) und vermiſcht ſie dann mit Topfen, den man mit Salz, Schnittlauch, etwas Paprika gewürzt und mit ſaurem Rahm oder Milch gut glatt gerührt hat. Hierauf reibt man 1 Stück Pumpernickel fein, miſcht es zum Ganzen und richtet dies auf Salatblättern an.

Topfen mit Tomaten.

Den Topfen zerdrückt man fein, rührt ihn mit Milch oder gutem Rahm glatt, würzt ihn mit Paprika, Salz, fein geriebener Zwiebel, Kapern und einigen Tropfen Maggi, drückt ihn dann in eine Form oder ovale Platte, die man zwecks leichteren Auslöſens mit etwas Öl beſtreichen kann, ſtürzt ihn dann auf eine andere Platte, beſtreut den Topfenring mit Schnittlauch und verziert ihn mit Radieschen und füllt die Mitte des Ringes mit ſchön angemachtem Tomatenſalat.

Topfen mit Gurken und Gelben Rüben.

Topfen treibt man mit ſüßem Rahm ab, drückt ihn dann durch ein feines Sieb und würzt ihn nun mit Salz, etwas Paprika und einer Kleinigkeit Senf. Nun reibt man Gelbe Rüben recht fein oder treibt ſie durch die Maſchine, macht ſie mit dünner Mayonnaiſe an und häuft ſie zu einem Berg in die Mitte einer Platte. Darauf ſchneidet man friſche Gurken fein, macht ſie gleich mit Salz, Pfeffer, etwas Eſſig und Öl an, richtet ſie im Kranz um die Gelben Rüben und beſtreut ſie mit etwas Schnittlauch. Von dem weißen Käſe macht man nun kleine Laibchen oder Kugeln und legt dieſe auf die Platte um die Gurken.

Topfen als Brotaufſtrich.

Guter friſcher Topfen wird mit gutem ſüßen oder ſaurem Rahm glatt gerührt. Dazu kann man ein Stückchen friſche Butter geben, würzt dann mit Salz, Paprika, eventl. einer Kleinigkeit Senf und ſtreut viel Schnittlauch darüber.

Topfenſpeiſe.

20 Gramm Butter ſchaumig rühren, 200 Gramm Topfen durchſtreichen, mitrühren, 1 Eigelb, 4 Eßlöffel Apfelſinenſalat und etwas geriebene Apfelſinenſchale dazugeben, gut abſchmecken und anrichten.

Spezialrezepte zur Verwendung von Soja-Kraftmehl

Soja-Kraftmehl iſt ein ſtark eiweißhaltiges Produkt aus der Sojabohne und erſetzt das Hühnerei in vielen Speiſen. Es iſt in faſt allen Reformgeſchäften erhältlich.

Suppen

Milchſuppen. (Beſonders für Kinder.)

1 gehäuften Eßlöffel Sojamehl, ½ Eßlöffel Hafermehl und ½ Löffel Reis- oder Weizenmehl rührt man in etwas kaltem Waſſer glatt und läßt es unter Rühren in ½ Liter kochende Flüſſigkeit (halb Milch, halb Waſſer oder auch nur Waſſer) einlaufen, läßt es 10 Minuten langſam kochen und würzt mit Salz. Man kann auch nur mit einigen Körnchen Salz würzen und die Suppe dann ſüß geben.

Schleimſuppen.

Auf ½ Kilo Haferflocken, Gerſte oder Reis gibt man 100 Gramm Sojamehl, kocht alles zuſammen in Waſſer ſchleimig, paſſiert es dann und gibt es in kochendes Waſſer, Fleiſchbrühe oder Milch, die man mit Salz würzt. Kurz vor dem Anrichten gibt man nach Belieben noch 1 Stückchen friſche Butter zur Suppe.

Kartoffelſuppe.

Zu 1 Kilo geſchälten, geſchnittenen Kartoffeln gibt man 3 Eßlöffel Sojamehl, etwas Zwiebeln, Peterſilie, Gelbe Rübe, alles fein geſchnitten, kocht alles in leicht geſalzenem Waſſer weich, paſſiert es, gibt, wenn die Suppe zu dick iſt, noch Flüſſigkeit zu, läßt es noch einmal aufkochen und ſchmeckt kurz vor dem Anrichten mit einigen Tropfen Maggi-Würze ab.

Sellerieſuppe.

1 bis 2 Knollen Sellerie werden mit der Bürſte ſauber gewaſchen, geſchält und dann Knollen und Schalen, jedes für ſich, weich gekocht. Dann macht man eine lichte Einbrenne von Butter mit halb Weizen- und halb Sojamehl, vergießt es mit der Selleriebrühe und läßt es 10 bis 15 Minuten kochen; gibt dann die feinwürfelig geſchnittenen Knollen dazu, welche man auch vorher in Butter abröſten kann. Kurz vor dem Anrichten gibt man etwas Weißwein oder Zitronenſaft dazu und ſchmeckt mit Salz und einigen Tropfen Maggi-Würze ab.

Wurzelſuppe.

Gelbe Rüben, Kohlrabi (Kohlrüben), etwas Sellerie, Lauch (Porree) und Zwiebeln werden fein geſchnitten, dann in Fett anlaufen laſſen, mit 2 bis 3 Eßlöffeln Sojamehl geſtaubt und nun mit ſo viel leicht geſalzenem Waſſer als es Suppe werden ſoll, aufgegoſſen und aufgekocht. Man läßt dann auf kleinem Feuer weiter kochen und gibt einige Zeit vor dem Anrichten noch einige gekochte, geſchälte und geſchnittene Kartoffeln dazu und kann nach Belieben mit etwas Maggi-Würze abſchmecken. Man kann auch ſtatt gekochter Kartoffeln rohe, würfelig geſchnittene

Kartoffeln zur Suppe geben. Man gibt dieſe aber erſt dann hinein, wenn das andere Wurzelwerk ſchon dreiviertel fertig gekocht iſt.

Eingemachte Suppe.

Man bereitet eine lichte Einbrenne von einem Drittel Weizen- und zwei Drittel Sojamehl, läßt darin fein gehackte Zwiebeln und Peterſilie dünſten, gießt dann mit Waſſer oder Brühe auf, gibt Gänſe-, Enten- oder Hühnerklein dazu, läßt es in der Suppe weich kochen, gießt die Suppe dann durch ein Sieb, entbeint das Geflügelklein, gibt es mit geröſteten Semmelwürfeln oder Weißbrotſchnittchen in die Schüſſel und gießt die fertig abgeſchmeckte Suppe recht heiß darüber.

Leberſuppe.

In 1½ Liter Waſſer oder Fleiſchſuppe kocht man Zwiebeln, Gelbe Rüben, Sellerie, Lauch und etwas geröſtetes Schwarzbrot weich, paſſiert die Suppe, kocht ſie dann mit ¼ Kilo durch die Maſchine (Wolf) gedrehter Kalbsleber, die man in etwas Butter gedünſtet hat und einer lichten Einbrenne von 2 bis 3 Eßlöffel Sojamehl auf und richtet die Suppe über geröſtete Brotwürfel an.

Frühlingsſuppe.

In etwas Fett läßt man Zwiebeln, Sauerampfer, je 1 Sträußchen Peterſilie, Neſſeln und Kerbel, einige Hände voll Spinat, junge Löwenzahnblätter und einige Blättchen Krauſeminze, alles recht fein geſchnitten und gehackt, gelb anlaufen, gießt es mit Waſſer auf und läßt die Suppe kochen. Dann macht man an die Suppe eine lichte Einbrenne von etwas Fett und 2 Eßlöffel Sojamehl, würzt mit Salz und Muskatnuß und gießt die Suppe über geröſtete Brotwürfel.

Suppeneinlagen

Schwemmklößchen.

In eine Schüſſel gibt man halb und halb Weizen- und Sojamehl, Muskatnuß und Salz, brüht dies dann mit ſo viel kochendem Waſſer oder Milch ab, bis es einen feſten Teig gibt, den man erkalten läßt. Nun arbeitet man ein Stückchen Butter und eine Meſſerſpitze Backpulver unter den Teig, ſticht mit dem Löffel kleine Klößchen ab, die man in Salzwaſſer gar kocht.

Markklößchen.

In etwas Waſſer oder Milch weicht man 100 Gramm feine Semmelbröſel ein, miſcht dazu 100 Gramm zerlaſſenes Rindsmark, etwas Salz und Muskatnuß und zuletzt 1 guten Eßlöffel voll Sojamehl und 1 Meſſerſpitze Backpulver, verarbeitet es zu einem nicht zu weichen Teig (nach Bedarf gibt man noch Bröſel nach), formt davon die Klößchen und läßt dieſe 10 bis 15 Minuten in der Suppe mitkochen.

Nußklößchen.

In 100 Gramm ſchaumig gerührter Butter verrührt man 120 Gramm fein geriebene Haſelnüſſe, 2 bis 3 Eßlöffel Sojamehl, 1 Priſe Zucker, 1 Eßlöffel ſauren Rahm, 1 kleine Meſſerſpitze Backpulver und ſo viel feine Semmelbröſel, daß es einen nicht zu weichen Teig gibt, ſticht davon kleine Klößchen aus und kocht dieſe in der Suppe. Nach Belieben und Geſchmack kann man auch 1 Priſe Salz dazugeben.

Hirſeklößchen.

Auf ¼ Kilo Hirſe gibt man 2 Eßlöffel Sojamehl und kocht alles in leicht geſalzenem Waſſer dick und weich, worauf man es erkalten läßt. Inzwiſchen läßt man in etwas Fett oder Butter recht fein geſchnittene Zwiebeln gelb anlaufen, hackt etwas Peterſilie recht fein, gibt alles mit etwas Mehl zur erkalteten Hirſe, vermiſcht es gut und fügt zuletzt 1 Meſſerſpitze Backpulver und etwas Muskat bei. Von der Maſſe formt man kleine Klößchen, die man in Salzwaſſer kurz kochen läßt.

Fleiſchſpeiſen unter Verwendung von Sojamehl

Hackbraten.

Auf ½ Kilo Hackfleiſch (halb Rind- und halb Schweinefleiſch) gibt man 80 bis 100 Gramm eingeweichtes Weißbrot, fein geſchnittene Zwiebeln, Salz, Muskat, etwas Pfeffer und 2 Eßlöffel Sojamehl, miſcht alles recht gut, formt davon den Braten und bäckt ihn bei guter Oberhitze und öfterem Begießen fertig.

Von derſelben Maſſe macht man auch Frikandellen, Klopſe und Weißkrautwickel. Man nimmt kein Ei, da dieſes vollwertig durch das Sojamehl erſetzt wird. Iſt der Teig zu feſt, gibt man etwas Milch, iſt er zu weich, ſo gibt man noch etwas Weizenmehl oder Semmelbröſel dazu.

Zum Binden von Bratenſoßen nimmt man halb Weizen- und halb Sojamehl. Dasſelbe Mengenverhältnis nimmt man zu lichten Soßen, die man zu Fleiſch und Fiſch gibt.

Zum Binden von Gemüſen verwendete Butterſoßen macht man gleichfalls von halb Weizen- und halb Sojamehl.

Knödel und Spätzle ohne Ei mit Sojamehl

Semmelknödel.

Man macht einen dünnen Teig mit Waſſer oder Milch im Verhältnis 1:2, d. h. 1 Eßlöffel Weizenmehl und 2 Eßlöffel Sojamehl, würzt ihn mit Salz, Muskatnuß und nach Belieben mit einigen Tropfen Maggi-Würze, gibt das fein geſchnittene Semmelbrot dazu und verarbeitet alles zu einem ziemlich feſten, aber nicht zu trockenen Teige und macht davon gleich die Knödel in kochendes Waſſer. Läßt man den Knödelteig zu lange ſtehen, ſo läßt er nach und die Knödel werden ſchmierig. Man kocht 15 bis 20 Minuten, je nach Größe der Knödel.

Speckknödel

bereitet man auf dieſelbe Art, nur gibt man noch kleinwürfelig geſchnittenen Speck dazu oder auch ausgelaſſene Speckgrammeln (Grieben).

Spätzle.

Dieſe bereitet man ganz billig ohne Milch und Ei, indem man auf ½ Kilo Weizenmehl 6 Eßlöffel Sojamehl mit Waſſer glatt verrührt, ſalzt und 1 Teelöffel Backpulver beigibt.

Schupfnudeln.

Man nimmt auf ½ Kilo Weizenmehl 6 bis 7 Eßlöffel Sojamehl, ſalzt und verarbeitet es mit Waſſer zu einem feſten Teig, der ſich gut ſchneiden und rollen läßt. (Sauerkraut ſchmeckt ſehr gut dazu.) Die Nudeln werden in leicht geſalzenem Waſſer in 15 bis 20 Minuten gar gekocht.

Kartoffelknödel und Klöße.

Den Teig macht man wie gewöhnlich und fügt dann auf ½ Kilo Kartoffeln 2 Eßlöffel glatt gerührtes Sojamehl und etwas Backpulver bei.

Kartoffelpuffer — Kartoffelpfannkuchen.

Auf ½ Kilo geriebene Kartoffeln gibt man 1 gehäuften Eßlöffel Sojamehl, etwas Backpulver und Gewürze wie ſonſt.

Vegetariſche Schnitzel und Bratlinge.

Dazu werden Reis, Grieß, Haferflocken, Graupen, Gerſte uſw. mit verſchiedenem Wurzelwerk und Gemüſen, alles fein geſchnitten, eventuell noch unter Kartoffelzutat, dick eingekocht. Man gibt auf je ¼ Kilo Reis, Grieß uſw. 1 Eßlöffel Sojamehl bei und kocht es mit. Dann läßt man die Maſſe erkalten, die man vorher noch mit Gewürzen abgeſchmeckt hat, formt davon dann Schnitzel, die man in Sojamehl mit Semmelbröſel paniert und in Fett bäckt. Auf dieſe Weiſe werden alle dieſe wenig eiweißreichen Gerichte auf eine vollwertige und billige Art mit hochwertigem Eiweiß geſtreckt und ſind darum als vollkommene Gerichte anzuſprechen.

Mehlſpeiſen mit Sojamehl

Bei allen Mehlſpeiſen, zu denen Sojamehl verwendet werden ſoll, iſt es angezeigt, daß man zuerſt die Butter- und Zuckerzutaten zuſammen ſchaumig rührt, weil dadurch die Speiſen lockerer und luftiger werden. Auch müſſen ſämtliche Speiſen mit Palmin oder Kokosfett in der Pfanne oder ſchwimmend in Fett gebacken werden. Eier werden bei Verwendung von Sojamehl weggelaſſen.

Berliner Pfannkuchen.

140 Gramm Butter rührt man mit einigen Eßlöffeln Zucker mit Vanille- oder Zitronengeſchmack ſchaumig; dazu rührt man dann ½ Kilo feines leicht erwärmtes Weizenmehl, 2 gehäufte Eßlöffel Sojamehl, 1 Priſe Salz, 30 Gramm in lauer Milch angerührte Hefe, gibt noch ſoviel als nötig Milch dazu (oder Waſſer) und macht davon einen zarten feinen Teig, den man abſchlägt, bis er ſich von Geſchirr und Löffel löſt. Dann läßt man ihn gehen und arbeitet den Teig dann

auf dem erwärmten und mit Mehl geſtäubten Brett halbkleinfingerdick aus, teilt ihn in gleiche Hälften, ſticht nun eine Hälfte mit dem Ausſtecher oder einem Weinglaſe in runde Flecken aus, während man die andere Hälfte nur anmarkiert. Auf den markierten Teig gibt man nun je 1 Löffelchen beliebiger Marmelade, legt darüber den ausgeſtochenen Teigflecken, drückt ihn rundherum gut an und ſticht beide Flecken dann gemeinſam aus. Auf dieſe Weiſe verbinden ſich die Teigenden gut und die Fülle kann nicht ausfließen. Die ſo fertiggemachten Krapfen läßt man auf einem mit Mehl beſtäubten Tuche gehen, worauf man ſie mit der oberen Seite zuerſt in heißes Palmin oder Kokosfett legt und bis zum Wenden zugedeckt bäckt. Nach dem Backen beſtreut man ſie gleich mit Zucker.

Man kann dieſe Krapfen auch ungefüllt machen, nur muß man ſie dann etwas dicker ausſtechen.

Pfannkuchen, Omeletten.

Man macht einen dünnen Hefenteig von ½ Kilo Weizenmehl, 2 gehäuften Eßlöffeln Sojamehl, 30 Gramm in Milch angerührter Hefe und 1 Priſe Salz, läßt ihn gehen und macht davon Omeletten.

Nach Belieben kann man den Teig auch ſüß machen oder man macht ihn ſtatt mit Hefe mit einem Päckchen Backpulver auf ½ Kilo Mehl.

Mürbeteig für Obſtkuchen.

Von 370 Gramm Mehl, 180 Gramm Zucker, 130 Gramm Butter und 2 gehäuften Eßlöffeln Sojamehl (Butter und Zucker zuerſt ſchaumig rühren) macht man einen feſten Mürbeteig, den man halbkleinfingerdick ausrollt und verfährt dann weiter wie ſonſt. Man gibt dazu ein halbes Päckchen Backpulver.

Oder:

Man bereitet den Teig von 425 Gramm Mehl, 3 gehäuften Eßlöffeln Sojamehl, 350 Gramm Butter, einer Priſe Salz, 2 Eßlöffeln Rum oder Wein, 125 Gramm Zucker, Saft und Schale einer Zitrone und einem Päckchen Backpulver. Den Teig verarbeitet man raſch und verwendet ihn gleich.

Blätterteig.

Auf 400 Gramm feines trockenes Mehl gibt man 100 Gramm Sojamehl, gibt dies in eine Schüſſel, macht in der Mitte eine Grube, gibt dahinein ein Stückchen Butter, etwas Salz, den Saft einer Zitrone, einen bis zwei Eßlöffel Rum oder Wein und dann ſo viel als nötig kaltes Waſſer und macht davon einen feinen, nicht zu weichen Teig, den man ſo lange abknetet, bis er ſich von Hand und Geſchirr löſt, worauf man ihn kühl eine Viertelſtunde raſten läßt. Hierauf rollt man ihn halbkleinfingerdick aus, legt darauf gut ausgewaſchene, ungeſalzene Butter, die man in ein Viereck geformt hat (500 Gramm Butter), ſchlägt den Teig von allen Seiten darüber zuſammen, rollt ihn dann mit der Butter vorſichtig aus, damit dieſe nirgends durch den Teig dringt, ſchlägt ihn dreifach zuſammen, läßt ihn 15 Minuten raſten, rollt ihn wieder aus, ſchlägt ihn zuſammen und wiederholt dies noch viermal, worauf man ihn zur Verwendung ausrollt und gleich bäckt. — Zum Stauben des Backbrettes nimmt man ſo wenig Mehl als möglich. In den Raſtpauſen gibt man den Teig im Sommer womöglich auf Eis oder an einen ſonſt kühlen Ort.

Bei allen anderen Teigen nimmt man anſtatt Eier auf 450 Gramm Mehl 75 bis 100 Gramm Sojamehl, das man am beſten immer gleich mit dem Mehle miſcht.

Brottorte.

380 Gramm Schwarzbrotbröſel röſtet man in 100 Gramm Butter ab. Dann ſchlägt man 380 Gramm feinen Zucker mit 7 Eßlöffel Sojamehl, dem Saft von 2 Zitronen und etwas Rotwein oder Arrak, ſowie einer Kleinigkeit Rahm, dickflüſſig, gibt dazu etwas Zimt, 15 Gramm geſtoßene Nelken, 10 Gramm Kardamom, ¼ Kilo Haſel- oder Walnüſſe, der abgeriebenen Schale von 2 Zitronen und zuletzt das Brot mit einem Päckchen Backpulver; nun miſcht man alles gut durch, gibt die Maſſe in eine Springform und bäckt ſie bei guter Hitze. Nach dem Erkalten überſtreicht man die Torte mit Marmelade und überzieht ſie mit einem Zuckerguß.

Wenn man dieſe Torte recht ſaftig machen will, ſo empfiehlt es ſich, einige Eßlöffel Marmelade gleich unter den Teig zu miſchen.

Geſundheitskuchen.

¼ Kilo Butter oder 125 Gramm reines Schweinefett rührt man mit 125 Gramm feinem Zucker ſchaumig. Dann gibt man nach und nach mit einem Päckchen Backpulver 425 Gramm Mehl, dem man 75 Gramm Sojamehl beigefügt hat und ſo viel rohe Milch bei, bis es einen dickflüſſigen Teig gibt. Als weitere Zutaten gibt man Roſinen, etwas abgeriebene Zitronenſchale und feine geriebene Nüſſe oder Mandeln. Man bäckt die Maſſe in einer Königskuchenform.

Biskuitroulade.

Unter den Schnee von 4 Eiweiß ſchlägt man 100 Gramm ganz feinen Zucker, eine Meſſerſpitze Backpulver, dann 2 Eßlöffel Sojamehl und 100 Gramm ſehr feines, trockenes Mehl. Nachdem man die Maſſe durchgeſchlagen hat, ſtreicht man ſie halbfingerdick auf ein gut gebuttertes Blech, bäckt bei langſamer Hitze durch, aber ſo, daß die Maſſe nicht hart und ſpröde wird. Das heiße Gebäck wird ſofort gefüllt, d. h. mit der Fülle beſtrichen, abgelöſt und eingerollt. Als Fülle nimmt man vorteilhaft eine Nußfülle von 200 Gramm Wal- oder Haſelnüſſen, fein gerieben, 160 Gramm Zucker mit Vanillegeſchmack, etwas Zitronenſaft, Milch und einige Tropfen Arrak oder Rum.

Sojacreme, zum Füllen von Torten und anderem Gebäck.

1½ Eßlöffel Sojamehl kocht man in ½ Liter Milch ¼ Stunde. Dann gibt man unter Rühren 1 Eßlöffel mit kaltem Waſſer angerührtes Maizena dazu, läßt es einmal aufkochen, ſchüttet es in eine Schüſſel und ſchlägt es kalt. Nun rührt man 125 Gramm Butter mit 125 Gramm Zucker ſchaumig und gibt unter langſamem Rühren die andere Maſſe dazu. Dieſe Creme würzt man mit Weinbeeren, Mandeln, Nüſſen, Fruchtſäften oder Likören jeglicher Art. Will man dieſe Creme als ſelbſtändige Speiſe geben (Deſſert), ſo miſcht man noch etwas Schlagſahne darunter.

Reisauflauf.

In reichlich 1 Liter Milch kocht man 210 Gramm Reis und 2 Eßlöffel Sojamehl dick ein und läßt es erkalten. Dann rührt man 125 Gramm Butter mit 125 Gramm Zucker ſchaumig, gibt die abgeriebene Schale einer Zitrone, 125 Gramm Roſinen oder Korinthen, ½ Backpulver und den Reis dazu, miſcht es gut und füllt es in die gebutterte Auflaufform und bäckt bis 1 Stunde.

Kalte Haferflockenſpeiſe.

100 Gramm Haferflocken miſcht man mit einem großen gehäuften Eßlöffel Sojamehl, übergießt es mit ½ Liter kochendem Waſſer und läßt es über Nacht ſtehen. Dann löſt man in ¼ Liter Milch oder Waſſer 5 Blatt Gelatine auf, gibt dazu etwas Vanillezucker, 90 Gramm Zucker und 60 Gramm Roſinen, kocht alles auf, verrührt es mit den Haferflocken, füllt es in eine Schüſſel oder Form und ſtellt das Ganze kalt.

Grießpudding.

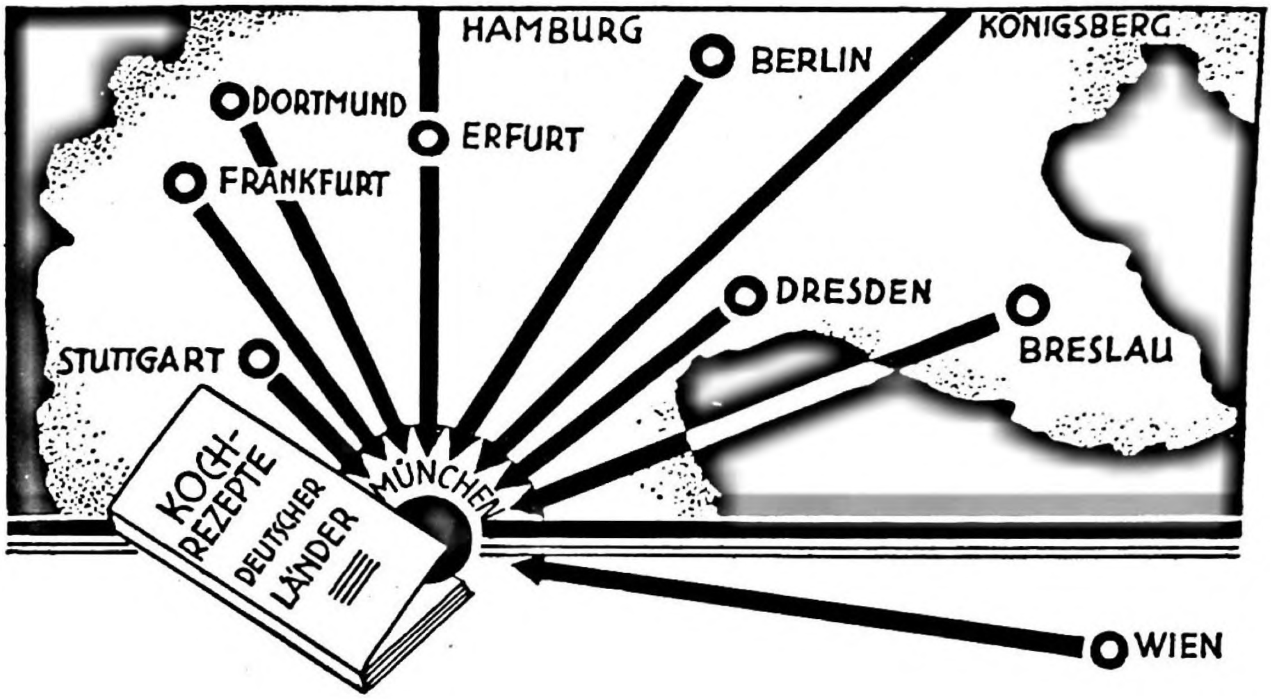
In ½ Liter Milch gibt man 3 gehäufte Eßlöffel Sojamehl, welches man mit etwas kaltem Waſſer verrührt hat, läßt es 10 Minuten kochen, läßt nun 200 Gramm Grieß in die Milch laufen und kocht alles zu einem glatten dicken Brei, der aber nicht zu ſteif ſein darf, worauf man ihn erkalten läßt. Dann rührt man 100 Gramm Zucker mit 100 Gramm Butter ſchaumig, miſcht es zu dem erkalteten Grieß, ſowie noch etwas Zimt oder Vanille, das Abgeriebene einer halben Zitrone und 60 bis 70 Gramm Korinthen oder Roſinen und zuletzt noch ½ Backpulver, füllt dann die Maſſe in eine gebutterte Form und kocht ſie 1 gute Stunde im Waſſerbad. Man gibt dazu beliebige Creme oder Fruchtſäfte.

Kartoffelpudding.

125 Gramm Butter rührt man mit 125 Gramm Zucker ſchaumig, gibt dazu 60 Gramm fein geriebene Mandeln, die abgeriebene Schale einer halben Zitrone, 125 Gramm Roſinen, ein Backpulver und ½ Kilo fein geriebene, am Tage vorher im Rohre gebratene und dann geſchälte Kartoffeln. Die Maſſe verrührt man recht gut und füllt ſie in eine mit Butter geſtrichene und mit Weißbrotſchnitten ausgelegte Form und kocht ſie etwa 1½ Stunden im Waſſerbad. Man gibt dazu ſüße Soße, eingemachte Früchte oder Fruchtſäfte.

Geſtürzte Schokoladencreme.

Zu 125 Gramm fein geriebener Schokolade miſcht man einen guten Eßlöffel Sojamehl, gibt dazu etwas Waſſer und 4 Blatt aufgelöſte Gelatine und rührt alles auf dem Feuer glatt, worauf man es erkalten läßt. Hierauf miſcht man dazu ½ Liter ſüße Schlagſahne (Schlagrahm), etwas Vanillezucker, füllt das Ganze in eine Form, die man mit reinem Olivenöl ausgeſtrichen hat und ſtellt ſie auf Eis. Beim Anrichten wird die geſtürzte Creme mit Schlagſahne (Schlagrahm) verziert.



Verſchiedene Spezialgerichte einzelner deutſcher Länder

1. Bayeriſch-Schwaben (Augsburg).
2. Baden.
3. Franken (Nürnberg-Würzburg).
4. Hamburg.
5. Heſſen und Rheinpfalz.
6. Oſtpreußen (Königsberg-Danzig).
7. Sachſen und Thüringen.
8. Schleſien (Breslau).
9. Weſtfalen (Dortmund).
10. Württemberg (Stuttgart).
11. Oſtmark (Wien).

Vormerkung.

Die deutſche Küche iſt nicht einheitlich wie es z. B. die Wiener oder die franzöſiſche Küche iſt. Sie iſt voller Verſchiedenheiten je nach den Gegenden und dem Klima. Der rauhere Norden, beſonders die Küſtenländer, verlangen fette Fleiſch- und Fiſchgerichte, ſchwere Kuchenteige (ſiehe weſtfäliſche, Hamburger, oſtpreußiſche und mecklenburgiſche Küche). Auch werden dort Obſt-, Milchſuppen und Kaltſchalen viel gegeſſen. Der Süden und Weſten dagegen ſowie Thüringen und Sachſen bringen leichtere Mehlſpeiſen, leichte, magere Fleiſchgerichte, beſonders von Kalbfleiſch und Geflügel.

Bayern-Schwaben (Augsburg)

Milzſchnittenſuppe. (Augsburg.) 1 Kalbsmilz, 2 Eier, 2 Eßlöffel Mehl, 70 Gr. Butter, Gewürz.

Die ausgeſchabte Milz wird gewiegt, mit dem Fett, 1 Ei und 1 Eßlöffel Mehl verrührt, dann das zweite Ei und Mehl und Gewürz beigegeben. Die Maſſe wird in einem Förmchen als Kuchen gebacken, am anderen Tag geſchnitten und mit heißer Fleiſchbrühe übergoſſen.

Bratknödel in klarer Fleiſchbrühe. ¼ Kilo Rinderbrat, 1 kleine Taſſe Milch, 1 Ei, Semmelmehl nach Bedarf, Salz.

Brat und Milch werden tüchtig abgerührt, 1 Ei, Semmelmehl und Gewürz zugegeben und abgeſchmeckt. (Nach Geſchmack auch etwas geriebene Zitronenſchale.) Man formt Klöße aus der Maſſe und läßt ſie in heißem Waſſer ziehen, nicht kochen.

Grüne Krapfen in klarer Suppe. (Augsburger Rezept.)

Man bereitet einen guten Nudelteig, wellt ihn aus und ſticht runde Formen daraus. Zwiebelröhrchen werden fein geſchnitten, Peterſilie gewiegt, Semmelwürfel geröſtet und dies mit Gewürz gut vermiſcht. Davon gibt man auf jedes Plätzchen etwa 1 Löffel voll, ſchlägt ſie zur Hälfte zuſammen, klebt ſie mit Eiweiß an und kocht ſie in Fleiſchbrühe oder Waſſer 8 bis 10 Minuten. In letztem Falle gibt man die Suppe mit Zwiebeln aufgeſchmälzt zu Tiſch. Anſtatt Zwiebelröhrchen und Peterſilie kann man auch eine Spinatfülle herſtellen aus gekochtem, gewürztem Spinat, 1 Ei und Semmelbröſeln.

Fiſchklößchen, Fleiſchklößchen. (Reſte-Verwertung.)

Von Fiſch- oder Fleiſchreſten, auch von friſchem gehackten Fleiſch oder von einem halben gebrühten Kalbshirn laſſen ſich nach dem Rezept für Schinkenklößchen Suppeneinlagen herſtellen. Von fein gewiegtem Kalbfleiſch, Hirn oder Bries kann man auch kleine, längliche Klößchen formen, einen Einſchnitt machen, ſo daß ſie mandelähnlich ausſehen.

Schwäbiſche Brotſuppe.

2 große Zwiebeln, in Scheiben geſchnitten, werden in Fett hellbraun geröſtet. ½ Stunde vor dem Anrichten in 1½ Liter klarer Fleiſchbrühe aufgekocht und das Fett abgeſchöpft. Von 125 Gramm Schwarzbrot reibt man die Rinde leicht ab, ſchneidet es in 1 Zentimeter große Würfel, röſtet ſie im Ofen hellbraun. In einer Suppenſchüſſel übergießt man die Würfel mit der heißen Brühe, legt für jede Perſon 1 verlorenes Ei hinein oder gibt die Eier beſonders dazu.

Einfache Brotſuppe.

Altbackenes Hausbrot in feine Streifen ſchneiden, ſiedende Brühe darüber und zugedeckt etwas ziehen laſſen.

Schnitten-Suppe.

2 Semmeln in dünne Schnitten ſchneiden, auf dem Roſte oder in Butter goldgelb röſten und kurz vor dem Anrichten in die Fleiſchbrühe geben. Nach Belieben mit Eigelb abziehen.

Topfennudeln. 20 Eßlöffel Topfen, 1 Ei und 2 Eigelb, 6 bis 8 Eßlöffel Mehl, 60 Gramm Butter, 1 Eßlöffel ſauren Rahm, Salz.

Der Topfen wird mit Butter und Eiern gut verrührt, Rahm, Salz und Mehl daran gegeben, die Maſſe auf das Nudelbrett genommen und zu leichtem Teig verarbeitet. Dann formt man flache, gedrückte, fingerlange Nudeln, die man auf der flachen Pfanne in reichlich Fett ſchön hellbraun bäckt. Wenn man eine Meſſerſpitze Natron beigibt, gehen ſie noch ſchöner auf. Man gibt ſie zu grünem Salat.

Speckzelten. Hefeteig von ½ Kilo Mehl, 20 Gramm Hefe, 1 Ei, 1 Eigelb, 60 bis 80 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, lauwarme Milch, 150 Gramm in ſeine Würfel geſchnittener geſalzener Speck, 1 Eßlöffel Kümmel, 1 Eigelb.

Man macht einen zarten Hefeteig, dem man nach Belieben 2 gekochte geriebene Kartoffeln zugeben kann, ſchlägt ihn gut ab und läßt ihn aufgehen. Auf einem gut beſtrichenen Blech wellt man den Teig dick aus, beſtreicht ihn nach dem Aufgehen mit verrührtem Eigelb, ſtreut Speckwürfel und Kümmel darüber und bäckt ihn ſchön gelb. Man ſerviert dieſen Speckkuchen in Augsburg zu Ragout.

Schwäbiſche Schupfnudeln. (Bauchſtecherle.)

½ Kilo grobes Mehl wird mit Salz, walnußgroße Butter und lauwarmem Waſſer zu einem leichten Teig angerührt und ſo lange bearbeitet, bis er nicht mehr klebt und Blaſen zeigt. Man läßt ihn einige Zeit ruhen, formt dann eine Rolle davon, ſchneidet kleine, gleichmäßige Stückchen davon ab und formt mit der flachen Hand möglichſt dünne Nudeln, die man auf einem Brett abtrocknen läßt. Sie werden in kochendem Salzwaſſer aufgekocht, auf einem Seiher mit kaltem Waſſer abgeſchwenkt, abtropfen laſſen und kurz vor Gebrauch auf der flachen Pfanne in heißem Fett hellgelb gebacken. Beilage zu Gemüſe.

Schupfnudeln in Milch gekocht. ½ Kilo Weizenmehl, 3 Eier, 4 Löffel ſauren Rahm, eigroß zerlaſſene Butter, Salz und ſo viel Milch, als zu einem zarten Teig nötig iſt.

Man macht aus dieſen Zutaten einen leichten, gut gekneteten Teig, läßt ihn 1 Stunde ruhen, formt Nudeln daraus wie im vorhergehenden Rezept und läßt ſie abtrocknen. In einer Kaſſerolle erhitzt man Milch mit 1 Stück Butter und Zucker, gibt die Nudeln unter Rühren hinein und läßt ſie auf dem Herd langſam einkochen. Wenn die Milch verkocht iſt, gibt man zerlaſſene Butter darüber, ſtreut Grießzucker darauf und läßt die Nudeln im Rohr ſchöne gelbe Farbe bekommen.

Bratſtrudel. Flädle von 100 Gramm Mehl, 1 Ei und die nötige Milch. Zur Fülle: 125 Gramm Brat, 1 Ei, 6 Löffel Semmelmehl, Gewürz, 25 Gramm Butter und ſo viel Milch, daß ſich die Maſſe gut ſtreichen läßt.

Man beſtreicht die ſchön gebackenen Flädle gleichmäßig mit dieſer Maſſe, rollt ſie auf, ſchneidet ſie in etwa 4 Stücke und läßt ſie in Fleiſchbrühe einmal aufkochen.

Krautkrapfen. Nudelteig von ¼ Kilo Mehl, 2 Eiern, Salz, Waſſer, etwa 1 Kilo Sauerkraut, 150 Gramm Butter oder Schmalz, 1 kleine Zwiebel, Gewürz, Semmelmehl, Fleiſchbrühe oder Waſſer.

Aus dem Nudelteig werden ſchöne runde Kuchen ausgewellt, dieſe mit Butter beſtrichen, mit geröſtetem Semmelmehl beſtreut und mit weichgekochtem, gut abgeſchmecktem Sauerkraut gleichmäßig belegt. Dann rollt man die Nudelkuchen auf, ſchneidet ſie in etwa 5 bis 6 Zentimeter lange Stücke, ſtellt dieſe aufrecht in eine gut ausgefettete Bratpfanne, übergießt ſie mit Fleiſchbrühe oder Salzwaſſer, ſo viel, daß ſie gerade bedeckt ſind und läßt ſie im Bratofen ¾ bis 1 Stunde auskochen. Oben belegt man ſie mit Butterſtückchen oder pinſelt ſie mit Schmalz, damit ſie ſchön röſch werden. Sie dürfen aber ja nicht hart oder trocken ſein.

Ochſenlende oder Schwanzſtück auf ſchwäbiſche Art.

Das gewaſchene, geklopfte Fleiſch wird in Schnitzel geſchnitten, geſpickt und mit Salz und Pfeffer beſtreut. In einer gut ſchließenden Kaſſerolle läßt man Speckwürfel oder Scheiben heiß werden, ſtreut fein geſchnittene Zwiebeln, Peterſilie, Zitronenſchale, etwas Thymian und Baſilikum darüber, legt die Schnitzel darauf, gibt etwas heiße Brühe darüber und läßt es zugedeckt weich dünſten. Wenn das Fleiſch weich iſt, wird die Brühe abgeſeiht, mit Rahm und 1 Löffel Braunmehl aufgekocht, über das angerichtete Fleiſch gegoſſen. Man gibt Knödel oder Kartoffelbrei dazu.

Käſeſpätzle. ¼ Kilo Mehl, 1 Ei, ½ Eßlöffel Salz, etwas Waſſer, 125 Gramm Schweizerkäſe, 75 Gramm gutes Butterſchmalz oder Butter, Semmelmehl oder 1 gewiegte Zwiebel.

Man bereitet gute feſte Spätzle, die man nach einmaligem Aufkochen in kaltem Waſſer abſchwemmt, in heißem Salzwaſſer wieder erhitzt und abſeiht. Man richtet ſie in einer vorgewärmten Schüſſel raſch lagenweiſe mit geriebenem oder fein geſchnitzeltem Schweizerkäſe an, überſchmälzt ſie mit ſehr heißem geröſtetem Semmelmehl oder geröſteter, fein geſchnittener Zwiebel und gibt die Speiſe ſofort zu Tiſch. Sie iſt ſehr ausgiebig und nahrhaft.

Augsburger Scheiterhaufen. 8 bis 10 altbackene Semmeln, 4 Eier, etwa ¾ Liter Milch, 80 Gramm Zucker mit 1 Meſſerſpitze Zimt gemiſcht, 60 Gramm Weinbeeren, kleine Butterſtückchen.

Die leicht abgeriebenen Semmeln werden in feine Scheiben geſchnitten, mit den gewaſchenen, aufgequollenen Weinbeeren in eine gebutterte Auflaufform geſchichtet. Eier, Zucker und Milch werden gut verquirlt über die Semmeln gegoſſen, einige Zeit durchziehen gelaſſen, dann ein wenig feines Semmelmehl übergeſtreut, kleine Butterſtückchen aufgelegt und in der Auflaufform in Mittelhitze etwa 1 Stunde gebacken.

Möcklein. ¼ Kilo Zucker, 3 kleine Eier, ¼ Kilo Mehl, 1 Löffel Rum oder Arrak, 60 Gramm fein geriebene Mandeln, ½ Zitronenſchale.

Zucker und Eier werden ½ bis ¾ Stunden gerührt, Arrak, Zitrone, Mandeln und Mehl darunter gemengt, etwa 6 Zentimeter lange fingerdicke Röllchen oder Hörnchen geformt, auf ein gebuttertes Blech geſetzt, etwas flach gedrückt, 1 Stunde abtrocknen gelaſſen und dann im kühlen Ofen gebacken. Sie ſollen ganz hell bleiben.

Baden

Beſondere Merkmale der badiſchen Küche

In allen Teilen Deutſchlands hat die Küchenführung je nach Landſchaft ihre beſonderen Merkmale, deren Eigentümlichkeit auf die verſchiedenſten Einflüſſe zurückzuführen iſt. Sie erhält ihr Gepräge einmal ſchon durch den Volkscharakter, zum anderen durch Gewohnheit, Lebens- und Arbeitsweiſe der Bevölkerung und nicht zuletzt durch die Erzeugniſſe der Landſchaft ſelbſt.

Bei Herausſtellung der Merkmale der badiſchen Küche iſt zu beachten, daß dieſe nach Höhenverhältniſſe und Klima große Verſchiedenheiten aufweiſt. Grundzug aller Küchenführung in Baden aber iſt die beſondere Sorgfalt, Verſtändnis und Liebe, die der Koſtzubereitung zugewendet wird, welche die ſüddeutſch-badiſche Küche an erſte Stelle rückt. Die große Fruchtbarkeit des Landes mit ſeinem reichen Ertrag an landwirtſchaftlichen Erzeugniſſen, an Obſt und Gemüſe, Wild und Fiſchen, ermöglicht eine Vielgeſtaltigkeit und Abwechſlung im Koſtplan des Badners, wie man ſie in wenig deutſchen Gebieten antrifft.

Das Bauland, der Nordoſtzipfel Badens, iſt Erzeugungsgebiet des Grünkorns, das als „deutſcher Reis“ nun auch im übrigen Deutſchland bekannt wird, nachdem badiſche Rezepte die Schmackhaftigkeit dieſer ſo wertvollen Getreideart bewieſen und den Grünkerngerichten ſomit eine allgemeine Einführung geſichert hat. Wer könnte ſich ein badiſches Sonn- oder Feiertagseſſen denken ohne die berühmte „Grünkernſuppe mit Markklößchen“? Die Einſetzung eines allwöchentlichen Grünkerngerichtes iſt in Baden nationale Volkspflicht.

Das Frühjahr in Nordbaden zeigt als Beherrſcher des Speiſezettels den Schwetzinger Spargel, der zur Zeit der Ernte alltäglich auf dem Tiſch erſcheint. Die Zubereitung mit Rahmbeiguß zu badiſchem Pfannkuchen und Schinken iſt eine geſchätzte badiſche Spezialität. Im Neckarvorland und der warmen Rheinebene, die ſich dem Beſchauer im Frühling als einziger großer Blütengarten darbieten, folgt dem Spargel bald eine Fülle zarter junger Gemüſe, köſtlicher Beerenfrüchte und Kirſchen, die gekocht oder roh zubereitet im Speiſezettel des Badners alltägliche Selbſtverſtändlichkeit ſind. Mangold, deſſen breite Blattrippen wie Spargel, das übrige Blatt wie Spinat zubereitet wird, findet man hauptſächlich nur in Baden. Die Kartoffel als Gemüſezugabe erfährt eine vielfältige Verwendung, wobei die „Schupfnudeln“ eine badiſche Eigenart der Küchenzubereitung iſt. So iſt es auch mit der Verwendung der Edelkaſtanie, der Herbſtfrucht der Rheinebene, zu Rotkraut, Sauerkraut oder Wirſing, die als ganze Frucht gedämpft oder in Breiform an Stelle von Kartoffel gegeben wird. Die Verwendung der Edelkaſtanie kommt auch geröſtet als Obſt oder zur Bereitung von Kuchen und Torten in Frage.

Neben dem Gemüſe- und Obſtreichtum der Rheinebene, der für die Koſtbereitung des Unterlandes maßgebend iſt, findet man hier auch die vielfältigſten Bereitungsweiſen von Fiſchen, die zum Teil aus dem Rhein (Rheinſalm, Rheinaal, Hecht u. dgl.), zum Teil den Schwarzwaldgewäſſern oder dem Bodenſee entſtammen. Hecht nach Badener Art, Forellen nach Müllerinnen Art, auch die gekochten oder gedämpften Bodenſeefelchen ſind von ſolchem Wohlgeſchmack und entſprechen ſo recht dem lebens- und genußfrohen, aufgeſchloſſenen Volk des Unterlandes. Das Oberland dagegen verlangt der kargeren Lebens- und der ſchwereren Arbeitsweiſe entſprechend eine derbere Koſt, deren Sättigung anhält. Dazu eignet ſich im beſonderen der bekannte Schwarzwaldſpeck und die Schwarzwälder Bauernbratwurſt, die mit Hülſenfrüchten und Sauerkraut einen Hauptbeſtand der Koſtverſorgung des Schwarzwälders darſtellt. Eine Beſonderheit der Schwarzwaldküche ſind außerdem die zu dem herbſüßen Kompott der Heidelbeere gegebenen „Sträubele“, der „Eierhaber“ oder auch Spiegelei auf Speck. Die für den Nichtbadener eigenartige Zuſammenſtellung von Zwetſchgenkuchen und Kartoffelſuppe hat ihren Urſprung jedenfalls in der Bühlergegend, dem Mittelpunkt des deutſchen Zwetſchgenmarktes. Für die badiſche Weihnachtsbäckerei haben die mit alten, durch Generationen gehenden, Model hergeſtellten Springerle und Waldürner Honigkuchen volkskundliche Bedeutung.

Grünkernſuppe. 80 Gramm Grünkerne, 15 Gramm Fett, 2 Liter geſalzene Grüns- oder Knochenbrühe, 1 Bündchen Schnittlauch.

Die Grünkerne, welche nicht über ein Jahr alt ſein ſollten, werden gemahlen, in dem heißen Fett gelb geröſtet, mit Brühe abgelöſcht und unter öfterem Zugießen von heißer Flüſſigkeit 3 bis 4 Stunden gekocht. Hierauf wird die Suppe durch ein feines Sieb geſtrichen, ſo viel heiße Flüſſigkeit zugegeben, daß man 1¾ bis 2 Liter Suppe hat und nochmals gut durchgekocht. Vor dem Auftragen kann man die Suppe mit Eigelb abrühren. Man reicht ſie mit gebähten Weckſchnitten, ſehr gut ſchmecken auch Markklößchen oder Eierkäſe darin. Wenn Fleiſchbrühe zur Suppe verwendet wird, kann man aus Sparſamkeitsrückſichten das Röſten in Fett unterlaſſen. Aus ökonomiſchen Gründen kann auch das Durchtreiben der Suppe unterbleiben. Die Grünkerne werden in dieſem Falle mit kalter Brühe, am beſten in einem irdenen Topfe, beigeſtellt.

Oder:

Das Grünkernmehl wird im Backofen unter öfterem Umwenden in einer eiſernen Pfanne lichtgelb gebräunt, mit kaltem Waſſer zu einem dünnen Teiglein angerührt, das man in kochende, geſalzene Grüns- oder Knochenbrühe einlaufen läßt. Die erhaltene Suppe kocht man gut durch und gibt nach Belieben ¼ Stunde vor dem Anrichten feingeſchnittenes Schwarzbrot oder beim Auftragen gebähte Weckſchnitten zu.

Kartoffelſuppe. 20 Gramm Fett, ½ Zwiebel, ½ Gelbe Rübe, wenig Sellerie, 1 kleines Sträußchen Peterſilie, ½ Kilo Kartoffeln. 2 Liter geſalzene Knochenbrühe, 1 Brötchen.

Kartoffeln und Gelbe Rüben werden gewaſchen, geſchält oder geſchabt und in Blättchen geſchnitten. In dem heißen Fett dämpft man in Scheiben geſchnittene Zwiebeln gelblich, gibt die gewaſchenen Kartoffeln ſowie die geputzten Gewürze und wenn nötig Salz zu, und dämpft alles zuſammen 15 Minuten. Hierauf gießt man ¾ Liter heiße Flüſſigkeit zu, kocht die Kartoffeln weich und treibt ſie durch ein feines Sieb. Nachdem man noch den Reſt der zurückbehaltenen Flüſſigkeit der Suppe beigegeben hat, bringt man ſie wieder zum Kochen und gibt beim Auftragen geröſtete Weckwürfel oder gebähte Weckſchnitten zu.

Gefüllte Kartoffeln. 8 große Kartoffeln, 200 Gramm Bratenreſte, 40 Gramm Schinken. Zum Dämpfen der Fülle: 15 Gramm Butter, ½ Zwiebel, 2 Zweigchen Peterſilie, ½ Teelöffel Salz, 1 Sardelle, Priſe Pfeffer, Muskat, ⅛ Liter Bratenbeiguß. Zum Dämpfen: 30 Gramm Butter, ¼ Liter Fleiſchbrühe.

Große Kartoffeln werden gewaſchen, geſchält und mit dem Meſſer ſchön gleichmäßig rund geſchnitten. Alsdann ſchneidet man einen Deckel ab und bohrt mit dem Kartoffelbohrer die Kartoffeln aus. Nun ſtellt man ſie mit kaltem Salzwaſſer auf, läßt ſie bis zum Kochen kommen, ſchüttet das Waſſer ab und legt ſie zum Abtropfen auf ein Sieb. Hierauf werden die Kartoffeln mit folgender Fleiſchfülle gefüllt. In Butter dämpft man feingeſchnittene Zwiebeln und Peterſilie, gibt fein verwiegte Fleiſch- oder Geflügelreſte und Schinken zu, löſcht nach einiger Zeit mit etwas Bratenſoße ab, würzt mit Salz, Pfeffer, fein verwiegter Sardelle, Wein und etwas Madeira. In einer Bratpfanne oder feuerfeſten Platte läßt man Fett heiß werden, ſetzt die Kartoffeln, welche man gefüllt und mit den abgeſchnittenen Deckelchen zugedeckt hat, nebeneinander hinein, gibt etwas Fleiſchbrühe zu und dämpft die Kartoffeln ¾ Stunden im Bratofen. Man gibt die gefüllten Kartoffeln zu Gemüſe.

Fingerle. 100 Gramm Butter, 200 Gramm Zucker, 3 Eier, 1 Teelöffel Roſenwaſſer, 1 Eßlöffel Zimt, 100 Gramm gemahlene Mandeln, 375 Gramm Mehl. Zum Backen: Fett. Zum Beſtreuen: Feinen Zucker.

Die Butter wird ſchaumig gerührt, Zucker, Eier und nach ¼ſtündigem Rühren Roſenwaſſer, Mandeln, Zimt und Mehl dazugegeben. Der Teig wird auf dem Wellbrett zuſammengearbeitet, fingerlange und fingerdicke Rollen davon geformt und dieſe ſchwimmend in heißem Fett gebacken. Man beſtreut ſie noch heiß mit feinem Zucker und reicht ſie mit Obſt.

Spätzle. 375 Gramm Mehl, ⅓ Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, 2 Eier. Zum Abſchmälzen: 20 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Weckmehl.

Das Mehl wird mit Salz, Waſſer und Eiern zu einem glatten Teig angerührt und dieſer ſo lange geſchlagen, bis er Blaſen wirft. Hierauf läßt man ihn eine Zeitlang ruhen, nimmt einen Teil des Teiges auf ein naßgemachtes Brettchen, ſchabt mit einem breiten Meſſer dünne, lange Spätzle in kochendes Salzwaſſer und läßt ſie ſo lange kochen, bis ſie an die Oberfläche kommen. Nun nimmt man ſie mit einem Schaumlöffel heraus, ſchwenkt ſie in klarem, kochendem Salzwaſſer ab und bringt die gut abgeſchmälzten Spätzle ſofort zu Tiſch. Wenn die Spätzle mit der Maſchine eingelegt werden, darf man den Teig nicht ſchlagen und nicht ruhen laſſen. Außerdem muß der Trichter der Maſchine nur 2 Zentimeter über dem kochenden Waſſer liegen, da ſonſt die Spätzle zu kurz werden.

Kratzete (Eierhaber). ¼ Kilo Mehl, 2 bis 3 Eier, ⅓ Liter Milch, 1 Eßlöffel Salz, 40 Gramm Fett.

Mit Mehl, Salz, Milch und Eigelb rührt man einen glatten Teig an und vermengt dieſen kurz vor dem Backen mit dem ſteifen Schnee der Eiweiße. In einer Pfanne läßt man das Fett heiß werden, gibt ſo viel Teig zu, daß derſelbe den Boden der Pfanne 1 Zentimeter hoch bedeckt und läßt die Maſſe backen, bis ſich eine ſchöne goldbraune Kruſte gebildet hat. Sodann zerteilt man die Maſſe etwas mit der Backſchaufel, ſtürzt ſie, läßt ſie wieder anbacken und zerkleinert ſie während des Backens immer mehr. Die einzelnen Teile ſollen etwa 1 Zentimeter groß und von allen Seiten goldgelb gebacken ſein.

Rühreier mit Schinken. (Für 1 Perſon.) 2 Eier, Priſe Salz, 40 Gramm gekochten Schinken, 20 Gramm Butter.

Die Eier werden mit in 1 Zentimeter große Würfel geſchnittenem Schinken, etwas Pfeffer und Muskat und 1 Priſe Salz tüchtig verquirlt. Alsdann bringt man auf nicht zu heißer Herdplatte die Butter in einer kleinen irdenen Kaſſerolle zum Kochen, gibt die Eier zu und ſtößt mit einem Schäufelchen die ſich am Boden anſetzende Eiermaſſe ſo lange ab, bis die Eier recht flockig, aber nicht feſt ſind. Will man für acht bis zehn Perſonen Rühreier mit Schinken backen, empfiehlt es ſich, die dazu notwendigen Eier nebſt Schinken, Gewürz und Butter verquirlt in eine große Kaſſerolle zu geben. Dieſe ſtellt man in ein niederes Gefäß mit heißem Waſſer (Waſſerbad) und rührt von Zeit zu Zeit in den Eiern. Dadurch wird die ganze Eiermaſſe gleichmäßig durchwärmt und kann im letzten Augenblick auf der heißen Herdplatte flockig gerührt werden. Niemals dürfen Rühreier lange ſtehen bleiben.

Geröſtete Sülz. ¾ Kilo Sülz (Kutteln), 30 bis 40 Gramm Fett, 1 kleine Zwiebel, 1 Eßlöffel Salz, Priſe Pfeffer, 1 Teelöffel Zitronenſaft, 1 Teelöffel gehackte Peterſilie.

Die weichgekochte, mit Salz abgeriebene Sülz wird in friſchem Waſſer gut gereinigt und in halbfingerlange feine Streifchen geſchnitten. In einer großen Pfanne erhitzt man Fett, gibt die feingeſchnittenen Zwiebeln, die Streifchen nebſt Salz und Pfeffer hinein und röſtet ſie auf ſtarkem Feuer unter ſtetem Umwenden gelblich. Alsdann würzt man mit Zitronenſaft und richtet die Sülz auf heißer Platte an. Vor dem Auftragen beſtreut man ſie nach Belieben mit feingewiegter Peterſilie.

Saure Sülz nach Schwarzwälder Art. ¼ Kilo Sülz (Kutteln), 30 Gramm Bratenfett, ½ feingeſchnittene Zwiebel, 40 Gramm Mehl, 3 Eßlöffel Tomatenmark oder Bratenſoße, ½ Liter Fleiſchbrühe, 1 Eßlöffel Salz, 2 Eßlöffel Wein, 1 Eßlöffel Eſſig.

Die weichgekochte Sülz, an manchen Orten Kutteln genannt, wird tüchtig gewaſchen, wenn ſchleimig, mit Salz abgerieben und in möglichſt feine Streifchen geſchnitten. Nun gibt man ſie in das heiße Fett, in welchem man die Zwiebeln gelb gedämpft hat, läßt ſie 15 Minuten mitdämpfen, ſtreut Mehl darüber und nach weiteren 10 Minuten löſcht man mit der Fleiſchbrühe ab, gibt Tomatenmark oder Bratenſoße zu, läßt ſie ½ Stunde dämpfen und würzt die Sülz mit Salz, Eſſig und Wein. Man reicht ſie als Gericht für ſich oder mit Kartoffeln. Auch Reis ſchmeckt gut dazu.

Speckkartoffeln. 1¼ Kilo Kartoffeln, 200 Gramm Dürrfleiſch, Priſe Salz, ½ Liter Milch.

Lange, ſchlanke Kartoffeln werden gewaſchen, gekocht, geſchält und in Blättchen geſchnitten. Sodann wird das in 1 Zentimeter große Würfel geſchnittene Dürrfleiſch in der Pfanne ausgebraten, die Kartoffeln zugegeben und, nachdem ſie braun angebraten ſind, mit heißer Milch übergoſſen. So vorbereitet, ſtellt man ſie in den ſehr heißen Backofen und läßt ſie ¾ Stunden aufziehen. Die Kartoffeln, die braune Krüſtchen haben ſollen, werden am beſten mit Salat aufgetragen.

Gebrannte Mehlſuppe. 30 Gramm Fett, 110 Gramm Mehl, 1 kleine feingeſchnittene Zwiebel, 2½ Liter geſalzene Knochen- oder Grünsbrühe, 1 trockenes Brötchen.

In dem heißen Fett röſtet man das Mehl kaſtanienbraun, gibt die feingeſchnittenen Zwiebel zu und löſcht nach weiteren 5 Minuten mit der Brühe ab. Nach dem Glattrühren füllt man mit der zurückbehaltenen Flüſſigkeit auf und läßt die Suppe mindeſtens 3 bis 4 Stunden langſam kochen. Die Suppe ſoll zuletzt ein glänzendes Ausſehen haben. Sie wird mit gebähten Weckſchnitten aufgetragen.

Schwarzwälder Bauernbratwurſt. 1½ Kilo durchwachſenes Schweinefleiſch (Schwarzwälder Speck), 20 Gramm Salz, 1 Teelöffel weißen Pfeffer, 2 geriebene Zwiebeln (evtl. etwas Majoran), ¼ Liter Waſſer.

Das grob gehackte Fleiſch wird mit den übrigen Zutaten gut gemiſcht, in Schweinsdärme gefüllt und leicht geräuchert, dann 10 Minuten gebrüht oder in Sauerkraut und Erbsbrei (Hülſenfruchtbrei) gar gemacht. Die Schwarzwälder Bauernbratwurſt wird auch wie die Landjäger ſtark geräuchert zu Schwarzbrot gegeſſen.

Haferflockenküchlein. 200 Gramm Haferflocken, ½ Liter Milch, Salz, 1 Ei, 30 Gramm Butter, Zwiebeln, Peterſilie, Weckmehl.

Haferflocken werden mit Milch oder Waſſer dicklicht gekocht, dann läßt man ſie erkalten. Die verwiegte mit Butter oder Fett gedämpfte Zwiebel und Peterſilie werden mit Salz und Ei daruntergemiſcht und ſo viel Weckmehl darangegeben, daß man Küchlein formen kann. Man bäckt ſie in heißem Fett auf der Stielpfanne gar.

Haferflockenſpeiſe. 125 Gramm Haferflocken, ſchwach ½ Liter Waſſer, ¼ Liter Milch, 90 Gramm Zucker, etwas Vanille, 60 Gramm Roſinen, 5 Blatt Gelatine.

Man übergießt die Haferflocken mit kochendem Waſſer und läßt ſie über Nacht ſtehen. Die Gelatine wird mit Milch, Vanille und Zucker aufgelöſt und den Haferflocken und Roſinen beigegeben. Die Miſchung wird in eine Schüſſel gegeben und kalt geſtellt.

Walldürner Springerle.

½ Kilo feinen Zucker, 4 Eier eine Stunde rühren, etwas Zitronenſchale, 2 Lot Zitronat = 30 Gramm, 2 Lot Pomeranzenſchale = 30 Gramm, 4 Lot geſchnittene Mandeln = 60 Gramm, 1 Lot Zimt = 15 Gramm, 1 Meſſerſpitze Nelken, ½ Kilo Mehl wirken, dann in Mehl beſtäubte Model drücken und auf mit Mehl beſtäubtem Blech langſam backen.

Walldürner Honigkuchen.

625 Gramm Zucker wird mit 8 Eiern ſchaumig gerührt. Das gibt man in eine große Schüſſel, in der 1 Kilo erwärmter Honig ſich befindet. Darein kommen noch ¼ Kilo quergeſchnittene Mandeln, 4 Lot Zitronat und 4 Lot Pomeranzenſchale, 2 Lot Zimt, ½ Lot Nelken, ½ geriebene Muskatnuß, die abgeriebene Schale von 2 Zitronen, 1 Gläschen Kirſchwaſſer, 1 Lot Pottaſche, ſowie 2 Kilo Mehl. Den Teig läßt man über Nacht ſtehen, wellt ihn in der Größe von Backblechen 1 Zentimeter dick aus, garniert je nach Belieben mit Mandeln und ſchneidet erſt nach dem Backen, wenn erkaltet.

Reſteverwertung von Fleiſch.

Übrige Fleiſchreſte werden in Fett mit Zwiebeln und Peterſilie gedämpft. Hierauf werden 3 bis 4 zerſchlagene Eier darüber gegeben.

Fleiſchreſte, gekochte Kartoffeln und eingeweichte Brötchen werden durch die Maſchine getrieben; dazu gibt man Gewürz, gedämpfte Zwiebeln und Peterſilie, 1 bis 2 Eier und formt mit mehlbeſtäubten Händen Küchlein, die fingerdick und 6 bis 7 Zentimeter im Durchſchnitt ſind. Man bäckt ſie goldbraun (6 bis 8 Min.) und gibt Salat oder Gemüſe dazu.

Fleiſchreſte werden in kleine, dünne Scheiben geſchnitten. Man gibt ſie in einen Pfannkuchenteig und bäckt ſie wie Pfannkuchen.

Schellfiſch oder Kabeljau gedämpft. 1 Kilo Fiſch, 1 Eßlöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel verwiegte Peterſilie, 40 Gramm Butter, 2 Eßlöffel ſauren Rahm, 15 Gramm geriebenen, trockenen Schweizerkäſe, 1 Eßlöffel Weckbroſamen.

Dazu verwendet man am beſten das Mittelſtück eines recht großen Fiſches, von dem man nach dem Schuppen mit einem ſcharfen Meſſer die Haut loslöſt. Sodann ſchneidet man in der Mitte des Rückens mit einem Meſſer ein, und zwar ſcharf dem Gerippe entlang, und löſt das Fiſchfleiſch vorſichtig los. Dieſes wird je in 3 bis 4 Teile geſchnitten, geſalzen, gepfeffert, mit Zitronenſaft beträufelt und zum Durchziehen auf eine Platte gelegt. Eine Bratpfanne oder noch beſſer feuerfeſte Platte wird mit Butter beſtrichen; die Fiſchſtücke werden ſodann hineingelegt, mit Peterſilie, Käſe, Rahm, Weckbroſamen und Butterſtückchen belegt und im heißen Backofen 20 Minuten gedämpft. Dazu reicht man ausgeſtochene, gekochte Kartoffeln. Um das etwa am Gerippe noch anhaftende Fleiſch verwerten zu können oder Brühe zu einem Beiguß zu erhalten, gibt man das Gerippe in kochendes Waſſer und läßt es auf der Seite des Herdes 20 Minuten ziehen. Das Fleiſch wird dann losgelöſt und zur Herſtellung von Fiſchſalat, Muſcheln und dergleichen verwendet.

Fiſchmuſcheln (Reſteverwertung). ½ Kilo Fiſchreſte, 30 Gramm Butter, 40 Gramm Mehl, ⅓ Liter Fiſchſud oder Fleiſchbrühe, 1 Eßlöffel Salz, 2 Eßlöffel geriebenen Käſe, 1 Eigelb, 1 Eßlöffel geriebenes Weißbrot.

In Butter oder Fett dünſtet man das Mehl hellgelb, löſcht mit Fiſchſud, Fleiſchbrühe oder Milch ab und läßt die Soße ½ Stunde kochen. Inzwiſchen werden die entgräteten Fiſchreſte in kleine Blättchen geteilt, der Soße nebſt den angegebenen Gewürzen beigemengt und zuletzt nach Belieben mit Eigelb vorſichtig abgerührt. In die mit Fett beſtrichenen Muſcheln füllt man die Fiſchmaſſe ein, belegt ſie mit fein verwiegtem Weißbrot und Butterſtückchen und läßt die Muſcheln im Backofen 20 Minuten überbacken.

Fiſchauflauf (Reſteverwertung). 1 Kilo Schellfiſch, 2 trockene Brötchen, ⅛ Liter Milch, 100 Gramm geräucherten Speck, 60 Gramm Sardellen, 50 Gramm geriebenen Käſe, 2 Eier, ¼ Liter ſauren Rahm, 1 Eßlöffel Kapern, 1 Eßlöffel fein verwiegte Zwiebeln und Peterſilie, 1 Teelöffel Salz. Zum Beilegen: 1 Eßlöffel Käſe, 15 Gramm Butterwürfel.

Fiſchreſte irgendwelcher Art werden gehäutet, entgrätet und in kleine Blättchen geteilt. Die Brötchen werden abgerieben, in Milch eingeweicht, ausgedrückt und verzupft. Der Speck wird fein geſchabt, die Sardellen geputzt und verwiegt. Nun mengt man die Fleiſchblättchen möglichſt leicht mit den vorgerichteten Brötchen, Speck, Sardellen, Käſe, Eigelb, Rahm, Zwiebeln, Peterſilie, Kapern, Salz und zieht zuletzt den ſteifen Eierſchnee darunter. Eine Auflaufform wird mit Butter beſtrichen, mit Weckmehl beſtreut, die Maſſe eingefüllt, mit Käſe beſtreut, mit Butterwürfeln belegt und in gut heißem Backofen etwa ¾ Stunden aufgezogen.

Fiſch-Schnitten (Reſteverwertung). ¾ Kilo entgrätete Fiſchreſte, 30 Gramm Butter, 100 Gramm Mehl, ½ Liter Fleiſchbrühe, 2 Eßlöffel geriebenen Käſe, 1 Teelöffel Salz, 1 Ei. — Zum Backen: Weckmehl, Fett.

Mit Buter, Mehl und Fiſchſud bereitet man einen Butterbeiguß, der nach dem Durchkochen ſehr dick ſein ſoll. Dazu gibt man die in kleine Stückchen geteilten Fiſchreſte, würzt mit Salz und Käſe und zieht zuletzt die verrührten Eier darunter. Ein Email- oder Porzellanbrettchen wird dick mit Weckmehl beſtreut, die Fiſchmaſſe 3 Zentimeter dick darauf geſtrichen und die Oberfläche ebenfalls wieder mit Weckmehl beſtreut. So vorbereitet, läßt man die Maſſe erkalten. Kurz vor dem Gebrauch ſchneidet man ſie in 4 Zentimeter breite und 8 Zentimeter lange Schnitten und bäckt ſie in reichlich heißem Fett auf beiden Seiten ſchön goldbraun. Oder man ſetzt die vorbereiteten Schnitten auf ein Blech, beträufelt ſie mit zerlaſſener Butter und bäckt ſie im Backofen in guter Hitze goldgelb. (In Fett gebacken 6 bis 8 Minuten, im Backofen ¾ bis 1 Stunde.)

Gefüllte Tomaten. 8 große Tomaten, 20 Gramm Fett oder 1 Eßlöffel Öl, 1 Teelöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer. — Zur Fülle: 20 Gramm Butter, 20 Gramm Mehl, ⅓ Liter Milch, ½ Teelöffel Salz, 3 Eßlöffel Champignons, 40 Gramm Zunge, 1 Eſſiggurke, 1 Priſe Piment, 1 Eßlöffel Weckmehl, 1½ Eßlöffel geriebenen Käſe, 15 Gramm Butterwürfel.

Die Tomaten werden halbiert, die Kerne ſowie der Saft durch vorſichtiges Preſſen entfernt. In einer Bratpfanne läßt man das Fett heiß werden, ſetzt die mit Salz und Pfeffer beſtreuten Tomaten nebeneinander hinein, und zwar ſo, daß die Öffnung nach oben ſchaut. Nun läßt man ſie im Backofen 5 bis 6 Minuten dämpfen. Zur Fülle bereitet man von Butter, Mehl, Salz und Milch einen Beiguß, der mindenſts ½ Stunde gut durchdämpfen ſoll. Champignons, Zunge und Eſſiggurken werden in ½ Zentimeter große Würfel geſchnitten und nebſt Piment unter den Beiguß gegeben. Von dieſer Fülle ſetzt man in jede Tomate, je nach der Größe der letzteren, 1 bis 2 Eßlöffel erhöht ein, ſtreut wenig Weckmehl und geriebenen Käſe ſowie Butterſtückchen darauf und läßt die Tomaten im Backofen noch recht gut heiß werden.

Gefüllte Tomaten mit Fleiſch. 8 Tomaten. — Zur Fülle: 20 Gramm Butter, 1 Eßlöffel fein verwiegte Zwiebeln und Peterſilie, 150 Gramm Fleiſchreſte, ⅛ Liter Fleiſchbrühe, 1 Eßlöffel Tomatenſaft, 1 Eßlöffel Bratenſoße, Priſe Paprika, ½ Teelöffel Salz, Käſe, 2 Eßlöffel Wein. — Zum Belegen: 15 Gramm Butterſtückchen.

Feſte, gleichmäßig geformte Tomaten werden abgerieben, vorſichtig kleine Deckelchen abgeſchnitten und die Tomaten mit einem Löffel ausgehöhlt. Alsdann kocht man ſie in Salzwaſſer einmal auf und ſetzt ſie nach dem Abtropfen in eine Auflaufform oder in feuerfeſte Plättchen, in welchen ſie auch aufgetragen werden. Die

Fleiſchreſte werden fein verwiegt in das heiße Fett gegeben, in welchem man bereits Zwiebeln und Peterſilie gelb gedämpft und ebenfalls 5 Minuten darin abgerührt hat. Hierauf würzt man mit den angegebenen Zutaten, füllt die Maſſe in die ausgehöhlten Tomaten und ſtellt das Gericht 25 Minuten vor Gebrauch in den gut heißen Backofen. Man verwendet die Tomaten als Vorſpeiſe oder mit Salat oder gekochtem Reis als Abendeſſen.

Zwiebelkuchen. Hefeteig von 175 Gramm Mehl, 35 Gramm Butter, ½ Teelöffel Salz, 1 Eigelb, 8 Gramm Hefe, 1/12 Liter Milch. — Zur Fülle: 375 Gr. Zwiebeln, 125 Gramm Speck, 2 Eier, 1/8 Liter ſauren Rahm, 1 Teelöffel Salz, 30 Gramm Weckmehl. — Zum Beſtreichen: 1 Eigelb.

Mit den angegebenen Zutaten wird ein Hefeteig gearbeitet, welchen man nach dem Gehen zu einer dünnen Teigplatte auswellt und damit eine Kuchenform im Durchmeſſer von 31 Zentimeter auslegt. Den Rand ſchneidet man 1½ Zentimeter tief ein und legt die Teigſtückchen um und erhält ſo Zacken. Zur Fülle wird der Speck in ¾ Zentimeter große Würfel geſchnitten, die man mit 1/10 Liter Waſſer in der Pfanne auf das Feuer ſtellt. Nach dem Einkochen des Waſſers brät man die Würfel knuſprig, nimmt ſie heraus und dämpft in dem zurückbleibenden Fett die in ſchmale Streifen geſchnittenen Zwiebeln, bis ſie weich ſind (¼ Stunde). Nach dem Erkalten der Zwiebeln mengt man Eier, Rahm, Salz und Speckwürfel darunter und belegt den Kuchen mit Weckmehl und Füllſel. Von dem zurückbleibenden Hefeteig legt man 1½ Zentimeter breite, dünne Teigſtreifen gitterartig darüber, beſtreicht ſie nach ungefähr 1 Stunde mit Eigelb. Nach Belieben können einige Speckwürfel zurückbehalten und dieſe nach dem Backen heiß in die Felder verteilt werden. Der Kuchen iſt heiß aufzutragen.

Sträubchen. 200 Gramm Mehl, ¼ Liter Milch, Priſe Salz, 1 Eßlöffel Zucker, 2 Eier, 40 Gramm zerlaſſene Butter. Backfett. — Zum Beſtreuen: 40 Gramm Zucker, 1 Meſſerſpitze Zimt.

Unter das geſiebte Mehl rührt man Milch, Salz, Zucker, Eier und zuletzt die zerlaſſene Butter. Hierauf gibt man einen Teil des Teiges in einen Straubentrichter und läßt ihn ſchneckenartig gewunden in heißes Fett einlaufen. Der äußere Kreis ſoll ungefähr einen Durchmeſſer von 8 bis 10 Zentimeter haben. Man bäckt die Sträubchen auf beiden Seiten goldgelb, entfettet ſie auf Brotſcheiben und wendet ſie ſofort in feinem Zucker, den man mit Zimt vermiſcht hat, um.

Scherben. 2 Eigelb, 1 ganzes Ei, 1 Eßlöffel dicken, ſauren Rahm, 20 Gramm Zucker, etwa 200 Gramm Mehl. Backfett. — Zum Beſtreuen: 40 Gramm Zucker, ½ Teelöffel Zimt.

Eier, Zucker und Rahm werden verrührt, das Mehl nach und nach dazugegeben und der Teig leicht zuſammengearbeitet. Hierauf wellt man ihn auf dem Wellbrett ſo dünn als möglich aus und ſchneidet mit dem Backrädchen 12 Zentimeter lange und 5 Zentimeter breite verſchobene Rechtecke davon. Dieſe werden mit einer Gabel einige Male geſtupft, damit die Scherben nicht blaſig werden, ſodann ſchwimmend in heißem Fett ungefähr 3 bis 4 Minuten gebacken und ſofort mit Zucker und Zimt beſtreut.

Dampfnudeln. 375 Gramm Mehl, 1 Teelöffel Salz, 40 Gramm Zucker, 40 bis 60 Gramm Butter, ¼ Liter Milch, 1 Ei, 15 Gramm Hefe. — Zum Aufziehen in einer Pfanne von 28 Zentimeter Durchmeſſer zweimal je ⅛ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Salz oder Zucker, 1 Eßlöffel Fett.

Mit den angegebenen Zutaten, eventuell auch ohne Ei und dafür etwas mehr Milch, bereitet man einen glatten Hefenteig, den man nach dem Schlagen zum Aufgehen in die Wärme ſtellt. Iſt er gegangen, ſticht man mit einem Eßlöffel runde Küchlein ab, oder man nimmt den Teig auf ein erwärmtes Wellbrett, wellt ihn etwa 2 Zentimeter dick aus und ſticht mit einem Weinglas Küchlein aus. Dieſe ſetzt man auf ein erwärmtes, mit Mehl beſtäubtes Brett und läßt ſie etwa 25 Minuten gehen. In einer eiſernen Pfanne läßt man Fett zergehen, gibt Waſſer und etwas Salz oder Zucker zu und läßt dieſes aufkochen. Man ſetzt die Küchlein nebeneinander hinein, ſchließt die Pfanne mit einem gut paſſenden Deckel und läßt ſie auf der Seite des Herdes 15 bis 20 Minuten langſam aufziehen. Sobald ſie anfangen, leicht zu krachen, wird der Deckel vorſichtig abgenommen, die Dampfnudeln mit einem Schäufelchen auf eine Platte geſetzt und möglichſt raſch aufgetragen. (Stückzahl 18.)

Fränkiſche Gerichte (Mittel- und Unterfranken)

1. Fleiſchſpeiſen.

a) Wurſtwaren.

Bratwürſte mit Salat, wie Kartoffel-, Hopfen- oder Spargelſalat.

Bratwürſte mit Sauerkraut.

Es gibt 2 Sorten Bratwürſte: Die kleinen, nur fingerlangen Bratwürſte werden auf dem Roſt mit Holzkohle gebraten; für die längeren nimmt man etwas gröbere Fleiſchmaſſe (in Nürnberg Bratwurſtg'häck genannt). Sie werden entweder in der Pfanne oder auf dem Roſt gebraten. Wurde ein geſalzener Darm verwendet, ſo werden ſie vor dem Braten in Milch gewendet. Man ißt dazu Spargelſalat, Kartoffelſalat oder im Mai den hier durch den Hopfenanbau auf den Markt kommenden Hopfenkeim-Salat. Außerdem wird zu den Bratwürſten auch vielfach Kartoffelbrei mit geröſteten Zwiebeln gegeben.

Blaue Zipfel, das ſind Bratwürſte in Eſſig-Salzwaſſer geſotten.

Sie werden zu Brot, Schalkartoffeln oder Kartoffelbrei gegeſſen.

Wurſt mit Muſik.

Darunter verſteht man Stadtwurſt, Preßſack oder Knackwurſt in Scheiben geſchnitten und mit einer Eſſig-Öl-Marinade und viel rohen Zwiebeln übergoſſen. (Käſe zugeben.)

Rote und weiße Stadtwurſt.

Sie wird kalt zu Kartoffeln, Brot oder Kartoffelſalat gegeſſen. Die rote Stadtwurſt wird auch im kochenden Waſſer erhitzt und zu Sauerkraut oder Kartoffelbrei gegeſſen. Die weiße Stadtwurſt enthält in der Hauptſache Kalbfleiſch und wird entweder gekocht oder im Fett gebraten und zu Sauerkraut, Kartoffeln oder Salat gegeben.

b) Fleiſchteig.

Krautwickel.

Für 4 Perſonen ¼ Kilo gemiſchtes Hackfleiſch, 2 Semmeln, 1 Ei, Zwiebeln, Salz, Muskat, Peterſilie, Weißkraut. Die großen Blätter werden gebrüht, der Fleiſchteig eingerollt und im heißen Fett braun gebraten unter Auffüllen von etwas Flüſſigkeit. Aus der Flüſſigkeit wird oft zuletzt noch eine gebundene Soße hergeſtellt.

Krautbraten.

Die gleiche Fleiſchmaſſe wird in Hackbratenform gebracht, mit den gebrühten Blättern umwickelt und gebraten.

Krautkopf.

Dasſelbe wie Krautbraten. Auf eine Serviette legt man gebrühte, große Krautblätter und gibt darauf den Fleiſchteig. Dann faßt man die Enden der Serviette zuſammen, ſo daß die Krautblätter ſich feſt um den Fleiſchteig legen. Die Serviette wird nun an einem Kochlöffelſtiel ins Salzwaſſer hineingehängt. — Man kann den Krautkopf auch auseinander ſchneiden, vorſichtig aushöhlen, halb weich kochen, mit der Fleiſchmaſſe füllen, zuſammenbinden und wie den Krautbraten fertig braten.

Krautpudding.

Eine Puddingform wird mit den gebrühten Krautblättern ausgelegt, die Fleiſchmaſſe hineingefüllt, oben mit Blättern belegt und verſchloſſen im Waſſerbad 1 bis 1¼ Stunden gekocht.

c) Metzelſuppe.

Die Metzelſuppe beſteht aus mehreren Gängen:

1. Ohren, Ohrbäckle, Rüſſel, Schwanz und Füße werden im Salzwaſſer weich gekocht. Dazu gibt es Kraut, Brot und Kartoffeln.
2. Gekochtes Schweinefleiſch, in der Hauptſache Rippenſtücke, mit Brot, Kartoffeln und Kraut. (Sogenanntes Keſſelfleiſch.)
3. Blut- und Leberwürſte. Blutwürſte = Schweinsblut mit Gewürzen (vor allen Dingen Majoran, Salz, Pfeffer) und viel Speck. Leberwürſte = Schweinsleber, Schweinefleiſch, Brühe und Gewürze.
4. Sulzen. Schweinsfüße, Rüſſel, Ohren, Ohrbäckle und Schwanz werden mit Suppengrün in Salzwaſſer mit Eſſig (genannt Sud) gekocht. Dann werden die Fleiſchſtücke in Suppenteller verteilt, mit dem Sud übergoſſen, der durch Erkalten ſteif wird (ausſulzt).
5. Preßſulze. Das iſt Schweine- und Kalbfleiſch mit Füßen. Ohr, Ohrbäckle und Rüſſel werden in Sud weich gekocht, in kleine Würfel geſchnitten, in eine Bratpfanne (wegen der Blockform) feſt eingepreßt, mit dem Sud knapp bedeckt übergoſſen und kalt und ſteif werden laſſen. Dann wird die Maſſe geſtürzt und in Scheiben geſchnitten. Die Preßſulze wird auch oft mit Muſik (d. h. mit Eſſig-Marinade und viel Zwiebeln) gereicht.
6. Knöchle mit Kraut. Die unteren kleinen Schweinsknöchle werden friſch oder geſalzen im Sauerkraut weich gekocht und mit Kartoffeln gegeſſen.

Die Schweinfurter Schlachtſchüſſel (üblich auch vielfach in Unterfranken) wird in großen Holzſchüſſeln oder gleich auf der ſauber geſcheuerten Tiſchplatte angerichtet.

d) Innereien.

Kuttelflecke.

Man kauft als Kuttelfleck das Innere des Magens beim Kuttler gleich weich gekocht. Aus Fett und Mehl ſtellt man eine mittlere Einbrenne her, die man mit Zwiebeln, Salz und Eſſig abſchmeckt. Der Kuttelfleck wird in Streifen geſchnitten und in der Soße durchgekocht. Man ißt dazu breite Nudeln oder Kartoffelbrei.

Kalbsgekröſe.

Das iſt die krauſe, fleiſchige Haut, welche das Gedärme feſthält. Es wird nur vom Kalb und Lamm verwendet, die Zubereitung iſt ebenſo wie beim Kuttelfleck.

Kuheuter.

Man kauft das Kuheuter ebenfalls ſchon gekocht. Man ſchneidet die äußere Fettſchicht ab und ſchneidet den inneren fleiſchigen Teil in dünne Scheiben. Dieſe werden geſalzen, mit Ei, Semmelmehl und Mehl paniert und im heißen Fett auf beiden Seiten knuſperig gebacken.

e) Braten.

Beizbraten .

Er wird in anderen Teilen Deutſchlands als Sauerbraten bezeichnet. Ein Rinderbratenſtück wird in Beize, d. i. Eſſigwaſſer mit Salz, Zwiebeln, Lorbeerblatt, Pfefferkörnern, Gewürznelken, Wacholderbeeren und Suppengrün einen bis mehrere Tage eingelegt. Er wird dann wie ein Schmorbraten behandelt, d. h. in Fett angebraten und unter Auffüllen der Beizflüſſigkeit gar geſchmort. Zum Dicken der Soße nimmt man gern trocken geröſtetes Mehl.

In Unterfranken werden zum Beizbraten Leberklöße gereicht. (Sieße Klöße.)

Saures Fleiſch (boeuf à la mode).

Das Rindfleiſch wird wie zu Sauerbraten in eine nicht zu ſcharfe Beize gelegt. Nach einigen Tagen wird es in der verdünnten Beize kochend zugeſetzt und darin weich gekocht. Die Soße wird mit Zuckereinbrenne oder Soßlebkuchen (eine beſondere zu dieſem Zweck hergeſtellte Lebkuchenart, früher Rimpfelkäſe genannt) angedickt. Dazu reicht man gekochte Kartoffelklöße.

Spanferkel.

Die 6 bis 8 Wochen alten Ferkel werden ganz im Backofen, beim Bäcker oder am Spieß gebraten. Damit ſie ſehr ſchön knuſperig werden, überſtreicht man ſie während des Bratens mit Bier. Dazu gibt es Schalkartoffel und Krautſalat.

Geißle.

Es wird beim Wildbrethändler in Stücken oder im Ganzen gekauft. Hals, Vorderfüße, Bauchlappen mit Rippen und Kopf werden mit Suppengrün in Salzwaſſer gekocht, dann ſtellt man eine helle Einbrenne her, die man mit Kochflüſſigkeit auffüllt, mit Zitrone oder Wein abſchmeckt und mit Eigelb legiert. — Das Jung (die oben genannten Teile) wird in dieſer Soße noch etwas ziehen laſſen. Das Geißle wird wie Magerbraten behandelt, d. h. mit heißer Butter übergoſſen und gebraten. Man kann das Geißle auch im Salzwaſſer mit Suppengrün kochen, dann zerlegen und die einzelnen Teile in Ei und Semmelmehl wenden und in der Pfanne backen.

f) Reſteverwertung.

Zwiebelfleiſch.

Das iſt eine Reſteverwertung für gekochtes Rindfleiſch, bei welcher die Rindfleiſchſcheiben in Fett mit ſehr reichlich Zwiebeln unter Beifügen von Fleiſchbrühe noch einmal erhitzt werden. Als Beilage gibt man Schalkartoffeln oder Salzkartoffeln.

g) Fiſche.

Karpfen.

Die ausgenommenen Karpfen werden halbiert, geſalzen, mit Ei und Semmelmehl paniert und in ſehr heißem Butterſchmalz ſchön braun gebacken. Dazu gibt man Kartoffelſalat.

Oder ſie werden in Eſſigſud blau gekocht und mit heißer Butter oder mit Meerrettich mit Schlagſahne angemacht und Salzkartoffeln gegeſſen.

Mainfiſchle.

Das ſind kleine Weißfiſche, die in Semmelmehl gewendet und ſchwimmend in Fett ausgebacken werden. Sie werden mit den Gräten gegeſſen.

Salzheringe.

Sie ſind ein beſonderes Feſtgericht auf Meſſen und Märkten. Sie werden auf dem Roſt über Holzkohlenfeuer gebraten.

Stockfiſch.

Der Fiſch wird im Salzwaſſer gekocht, abgezogen mit ſehr viel geröſteten Zwiebeln angerichtet und mit Sauerkraut und Salzkartoffeln gegeſſen. — In Oberfranken ißt man zu dieſem Fiſchgericht auch rohe Kartoffelklöße und ſaure Soße.

2. Suppen.

Die Alt-Nürnberger Feſtſuppe und die fränkiſche Kirchweihſuppe iſt die Allapatrieſuppe (à la patrie). Dies iſt eine kräftige Fleiſchbrühe mit Einlage von Butterklößchen, Omeletten, Blumenkohl uſw. Name der Suppenterrine: vielfach früher Allapatrieſchüſſel.

Aufgeſchmalzte Suppe.

In die Suppenſchüſſel werden dünne Brotſcheiben eingeſchnitten, mit kochendem Salzwaſſer übergoſſen und ſehr viel geröſtete Zwiebel dazugegeben. Letztere können in Fett oder ausgelaſſenem Speck gebräunt werden.

3. Gemüſe.

Stielgemüſe.

Beſonders in Unterfranken beliebt. Es ſind dies die Mangoldſtiele, die in Stücke geſchnitten, in Fett gar gedämpft, mit Mehl überſtäubt und mit Gewürz fertig geſtellt werden.

Rübleskraut.

Im Knoblauchland wird außer dem Sauerkraut auch ein Rübenkraut vielfach hergeſtellt. Dazu werden Weiße Rüben wie Weißkraut fein gehobelt und eingeſalzen. Die Zubereitung iſt dann dieſelbe wie beim Sauerkraut.

Meerrettich oder Kren.

Er wird raſch gerieben, mit geriebenem Brot in Butter gedämpft, mit Salz gewürzt, mit Fleiſchbrühe aufgegoſſen und gar gekocht. Oder man ſtellt eine helle Einbrenne her, gießt mit Milch auf und läßt den geriebenen Meerrettich darin gar ziehen. Er wird an Stelle von Gemüſe beſonders gern zu Rindfleiſch gegeſſen.

Als Beigabe zu Wurſt reibt man Meerrettich fein, vermiſcht ihn mit Salz, Zucker und Eſſig und läßt ihn einige Tage ziehen.

Als Beigabe zu Fiſchen wird der Meerrettich mit wenig Salz, wenig Zucker und ungeſüßter, geſchlagener Schlagſahne vermengt. Er muß aber ſofort verwendet werden.

In Oberfranken kennt man folgende Speiſenzuſammenſtellung: Gekochtes Rindfleiſch, Meerrettichgemüſe und rohe Klöße.

Krautſalat.

In Unterfranken wird roher Krautſalat beſonders geſchätzt, weil das Unterfränkiſche Kraut beſonders zart und ſchmackhaft iſt. Es muß außerordentlich fein geſchnitten werden. In Mittel- und Oberfranken wird der Krautſalat ſowohl roh wie auch gebrüht hergeſtellt. Als Fettzugabe verwendet man ausgelaſſenen Speck. Beſondere Geſchmackszutat iſt klein gehobelter Meerrettich, genannt Kren.

4. Klöße (Kniedla).

Klöße werden in ganz Franken gern gegeſſen, beſonders in Oberfranken. Dort iſt es Sitte, daß am Sonntag, Dienstag und Donnerstag Klöße gekocht werden; in den Zwiſchentagen werden die reſtigen Klöße entweder aufgewärmt oder gebacken gegeſſen.

Im übrigen gehören im beſonderen rohe Klöße zu jedem Sonntagsbraten.

Rohe Klöße.

2 Kilo rohe, geriebene Kartoffeln werden geſalzen, mit 1/8 Liter kochender Milch, Waſſer oder Fleiſchbrühe übergoſſen und mit ½ Kilo gekochten, geriebenen Kartoffeln oder Grießbrei, Reis- oder Kartoffelbrei vermengt, Klöße geformt und in die Mitte geröſtete Semmelwürfel gegeben. Dann werden ſie im kochenden Salzwaſſer 20 Minuten langſam gekocht. — Wenn einer der vorgenannten Breie zu der rohen Kartoffelmaſſe gegeben wird, läßt man die Milch fort und gibt den Brei kochend dazu.

Kuchen und Kleingebäcke

Schart — in anderen Teilen Deutſchlands Rodon-, Napf- oder Topfkuchen oder Gugelhupf genannt — wird entweder aus Hefeteig oder Backpulver hergeſtellt.

Aus Hefeteig: ½ Kilo Mehl, Salz, ¼ Liter Milch, 25 bis 30 Gramm Hefe, 1 bis 2 Eier, 40 Gramm Fett, 40 Gramm Zucker, Zitronenſchale, 50 Gramm Weinbeeren, 50 Gramm Sultaninen, eventl. 50 Gramm grob gewiegte Mandeln, 50 Gramm Zitronat oder Orangeat.

Man ſtellt einen ſehr weichen Hefeteig her, gibt zuletzt Weinbeeren, Sultaninen, Mandeln und gewiegtes Zitronat hinzu, füllt dieſen Teig in eine vorgerichtete Schartform, läßt ihn noch einmal gehen und bäckt ihn bei Mittelhitze ¾ bis 1 Stunde. Er wird noch heiß mit Zucker beſtreut.

Aus Backpulver: 100 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 3 bis 4 Eier, ⅛ Liter Milch, ¼ Kilo Mehl, 1 Päckchen Backpulver, nach Belieben Mandeln und Weinbeeren.

Man rührt eine Schaummaſſe, gibt abwechſelnd Milch und Mehl hinzu und das geſiebte Backpulver, zuletzt Mandeln, Weinbeeren und den ſteifen Eierſchnee. Dann füllt man die Maſſe in die vorgerichtete Schartform und läßt den Kuchen langſam 1 Stunde backen.

Kirchweihküchle oder Kopfkißle. ½ Kilo Mehl, Salz, ¼ Liter Milch oder ſauren Rahm, 25 Gramm Hefe, 1 bis 2 Eier, 80 Gramm Fett, 40 Gramm Zucker, Ausbackfett.

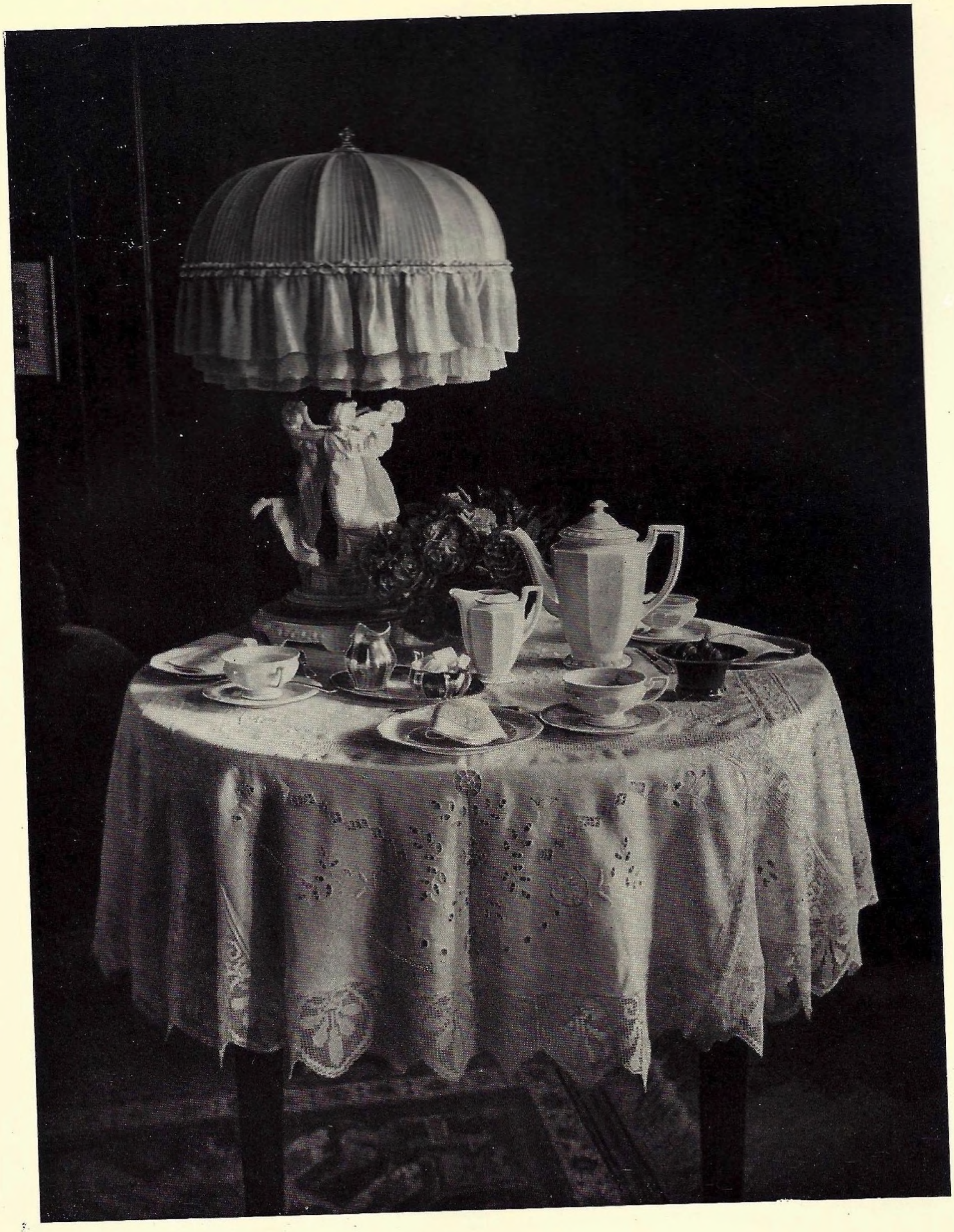
Iſt der Hefeteig das zweite Mal gegangen, ſo wird er ½ Zentimeter dick ausgedreht, Quadrate oder rautenförmige Vierecke ausgeſchnitten, dann läßt man die Stücke noch einmal gehen. Sie werden in ſehr heißes Fett gegeben, ſofort damit übergoſſen, damit ſie aufſpringen, und braun gebacken. Auf Brotſcheiben oder Fließpapier werden ſie entfettet und mit Zucker beſtreut.

Knieküchle.

Der gleiche Teig wird zu kleinen Klößen geformt, die man noch einmal gehen läßt. Dazu müſſen die Klöße zwiſchen zwei Tücher gelegt werden, damit der Teig keine Kruſte bekommt. Nach dem Gehen werden die Küchle entweder mit der Hand oder mit Hilfe einer Serviette über dem Knie ausgezogen. Dann werden ſie vorſichtig ins Fett gelegt und unter Wenden gebacken. Der innere, dünn ausgezogene Teil muß ganz weiß bleiben, beim Wenden darf daher kein Fett in das Küchle kommen.

Schneeballen. 600 Gramm Mehl, 3 Eier,, 100 Gr. Butter, einige Löffel Arrak, etwas Zitronenſchale.

Nudelteigähnlichen Teig herſtellen, dünn ausrollen, mit Kuchenrädchen in Größe von kleinen Tellern runde Flecke ausradeln, deren Innenfläche in ungefähr 2 Zentimeter Entfernung in Streifen geſchnitten werden. Dieſe werden abwechſelnd mit Kochlöffelſtiel aufgehoben, ins heiße Fett gleiten laſſen und ſchwimmend gebacken. Nach dem Backen mit Zucker beſtreuen. (Man nimmt zum Backen eine kleine Pfanne, damit ſich die Streifen ineinanderſchieben.)



Gedeckter Kaffeetisch „Service Marie"

Ofennudeln. Einmal Hefeteig, 50 bis 60 Gramm Weinbeeren. (Schneckennudeln, Rohrnudeln genannt.)

Nach dem Gehen wird der Hefeteig ausgedreht, 5 Zentimeter breite Streifen geſchnitten, dieſe ſchneckenförmig zuſammengerollt und in eine ſehr dick mit Schweineſchmalz ausgeſtrichene Pfanne gegeben. Nach nochmaligem Gehen werden ſie in der Röhre gebacken und nach dem Stürzen mit Zucker beſtreut.

Käſeplatz.

Auf den ausgedrehten, gegangenen Hefeteig gibt man eine gut verrührte Käſemaſſe von 1 Kilo Topfen, 2 Löffel Mehl, ⅛ Liter Milch oder Rahm, 1 Priſe Salz, 3 bis 4 Eiern, Zitronenſchale, 80 Gramm Zucker, 80 Gramm Weinbeeren und eventuell 80 Gramm Mandeln. Der Käſebelag muß dick auf den Kuchen aufgetragen und nach dem weiteren Gehen darf der Kuchen nur mit Unterhitze gebacken werden.

Speckkuchen.

Auf den gegangenen Hefekuchen werden dick kleine Speckeulchen (wie zum Spicken) aufgelegt und nach dem Gehen bei guter Hitze gebacken.

Zwiebelkuchen.

Auf den Teig fein geſchnittene Zwiebeln, die mit Speckwürfeln gedämpft, mit Eiern, Rahm, Salz und Kümmel gemiſcht ſind, aufſtreichen und den Kuchen bei guter Hitze backen.

Braune Plätzchen oder Nürnberger Buſſerl.

½ Kilo Farinzucker, 3 Löffel Honig und 4 Eier werden ſchaumig gerührt. Dann gibt man 20 Gramm Zucker, 50 Gramm geſchnittene Mandeln, 50 Gramm geſchnittenes Zitronat, die Schale 1 Zitrone, ½ Backpulver und 625 Gramm Mehl hinzu. Mit angefeuchteten Händen formt man kleine Kuchen, gibt dieſe auf ein vorbereitetes Blech, bäckt ſie bei Mittelhitze langſam braun und beſtreicht ſie noch heiß mit Honigwaſſer.

Pfeffernüßle.

½ Kilo Zucker und 5 Eier werden 1 Stunde ſchaumig gerührt. Zitronenſchale, 17 Gramm Kardamom, etwas Zimt und Nelken, 25 Gramm Zitronat. 1 Meſſerſpitze Pottaſche und 500 Gramm Mehl hinzugegeben. Den Teig kneten, ausrollen, Pfeffernüſſe ausſtechen, dieſe über Nacht trocknen und am nächſten Tag bei wenig Hitze backen. (Sie müſſen hell bleiben.)

Weiße Lebkuchen.

½ Kilo Zucker, 10 Eier werden 1 Stunde ſchaumig gerührt, dann gibt man 9 Gramm Muskatblüte, 9 Gramm Kardamom, 9 Gramm Nelken, 12 Gramm Zimt, 70 Gramm Zitronat, 70 Gramm Orangeat, ½ Kilo Mandeln, 10 Gramm Hirſchhornſalz und ½ Kilo Mehl hinzu. Der Teig wird mit einem Meſſer, das man ſtets in kaltes Waſſer eintaucht, auf Oblaten aufgeſtrichen, mit geſchälten halbierten Mandeln belegt. Über Nacht trocknen laſſen und am nächſten Tag bei Mittelhitze backen.

Spekulatius.

¼ Kilo Mehl, 50 Gramm geriebene Haſelnüſſe, ¼ Schale einer Zitrone, 1 Teelöſel Zimt, 1 Priſe Nelken, 125 Gramm Zucker werden vermiſcht. Dann reibt man mit den Händen 125 Gramm Butter darunter, bis ſie vollkommen mit den Zutaten vermengt iſt, gibt in die Mitte der Maſſe 2 Eigelb oder 1 ganzes Ei, 1 Löffel Rum, vermiſcht dies mit dem Mehl und knetet dann den Teig. Der Teig muß ½ Stunde kaltgeſtellt werden. Dann wird er meſſerrückendick ausgerollt, mit ganz dickem Zucker oder Buntzucker beſtreut und braun gebacken.

Nürnberger Marzipan oder Springerle.

½ Kilo Puderzucker wird mit 4 Eiern 1 Stunde gerührt. Dann gibt man die Schale 1 Zitrone, 1 Löffel Arrak und ½ Kilo feines Mehl hinzu. Der Teig wird gut geknetet, 1 Zentimeter dick ausgedreht, in bemehlte alte Holzmodel eingedrückt, am Rand abgeſchnitten und über Nacht trocknen laſſen. Beim Backen müſſen die Stücke mit Papier zugedeckt werden, damit ſie oben ſchön weiß bleiben. Nach dem Backen werden die einzelnen Muſter durch Bemalen mit Zuckerfarben noch beſonders hervorgehoben.

Waſſermarzipan oder Zuckerſtückle.

¼ Kilo Zucker, 4 Gramm Hirſchhornſalz, ⅛ Liter Waſſer werden gemiſcht und 2 Stunden gehen laſſen. Dann gibt man 1 Teelöffel Anis und 450 Gramm Mehl hinzu. Nach dem Kneten wird der Teig weiter verarbeitet wie oben. Hierzu verwendet man in der Hauptſache kleine Holzmodel.

Butterzeug.

¼ Kilo Butter, ¼ Kilo Schweineſchmalz, ½ Kilo Zucker, 4 Eier werden 1 Stunde ſchaumig gerührt. Dann gibt man die Schale 1 Zitrone, 3 Löffel Arrak und 1 Kilo Mehl hinzu. Nach dem Durchkneten muß der Teig über Nacht zugedeckt kaltgeſtellt werden. Am anderen Tag wird er dünn ausgedreht, mit verſchiedenen Formen ausgeſtochen, eventuell mit Buntzucker beſtreut und hellbraun gebacken. Nach dem Backen kann das Butterzeug noch mit Zucker und Zimt beſtreut werden.

Eliſenlebkuchen.

½ Kilo Zucker, 400 Gramm gute Mandeln werden mit 8 bis 10 Eiweiß zu einem feſten Teig recht ſchaumig gerührt. Dann gibt man 50 Gramm Mehl, 50 Gramm fein geſchnittenes Zitronat, 50 Gramm Orangeat, etwas Zimt, die Schale 1 Zitrone und 1 Meſſerſpitze Hirſchhornſalz dazu. Der Teig wird 1½ Zentimeter dick auf Oblaten aufgeſtrichen, über Nacht getrocknet und bei nicht zu ſtarker Hitze gebacken. Nach dem Backen mit Vanilleglaſur überziehen und mit Buntzucker überſtreuen.

Da die Küche in Unterfranken nicht viel Abwechſlung bietet — die Zuſammenſtellung der Speiſen dagegen ſtark abweicht von der in Altbayern — folgen an bei in Unterfranken gebräuchliche Speiſefolgen:

Verſchiedene Mittageſſen:

1. Rindfleiſch mit Meerrettich und Bandnudeln. (Bandnudeln ein Hauptgericht.)

2. Schweinefleiſch mit Sauerkraut und Bandnudeln. An Neujahr muß es Kraut geben, auch Donnerstags iſt Sauerkraut das Hauptgericht.

3. Linſenſuppe mit kleinen geſelchten Würſten und Spatzen. Spatzen: ½ Kilo Mehl, 1 bis 2 Eier, Milch.

4. Geſpickter Kalbsbraten, Blaukraut und Kartoffelbrei.

5. Hefeklöße mit Sauerbraten. Hefeteig wird zu Kugeln geformt, welche man gehen läßt, dann in Salzwaſſer kocht und nachher mit einer Stricknadel 3- bis 4 mal durchſticht.

6. Leberklöße mit brauner Soße und Beizfleiſch, dazu Sauerkraut.

7. Dasſelbe Fleiſchgericht mit Kartoffelklößen (⅔ der Maſſe rohe und ⅓ gekochte Kartoffeln, erſtere in Waſſer reiben, ſtehen laſſen, abſeihen, etwas heiße Milch, ſpäter Mehl und Salz dazu, Klöße formen, in die Mitte geöſtete Weckbröckel hineinkochen.

8. Mehlklöße mit Schweinebraten und Blaukraut.

9. Beliebtes Abendeſſen: Abgebräuntes Rindfleiſch mit Kartoffelſalat.

10. **Feſteſſen auf dem Lande:**

a) Nudelſuppe mit Leberklößen
b) Rindfleiſch mit Meerrettich
c) Braten mit Gemüſe
d) Geflügel mit Salat
e) Torte.

Als Kuchen iſt ſehr beliebt 1. Käſeplatz und 2. Streußelkuchen.

Käſeplatz iſt Hefeteig. Darauf kommt feiner Topfen, vermiſcht mit geſchlagenen Eiern, Zucker und Rahm.

Streußel auf Hefeteig beſteht aus Butter, Weckmehl, Mehl und Zucker.

Zupfkuchen.

Man macht einen guten Hefeteig, wellt ihn aus und ſticht mit dem Kochlöffel in 4 bis 5 Zentimeter Entfernung Vertiefungen aus, in welche man Butter, Zucker und kleine Mandelſtückchen hineingibt. Vor dem Backen überſtreicht man alles mit zerlaſſener Butter, nach dem Backen gibt man Zimt und Zucker darauf.

Den beſten Ruf haben mit Recht die fränkiſchen Wurſtwaren. Die billigſte letzte heißt auch Mannheimer. Die Leberwürſte ſind Streichwürſte, ſo die Frankfurter, die Kalbsleberwurſt, Sardellenleberwurſt. Dann gibt es Geſelchte, Griffenwürſte, Weißwürſte, Gelbwürſte, Krakauer, Salami, Zervelatwurſt und alle möglichen Variationen.

Hamburg

Hamburger Aalſuppe mit Mehlklößen. 1 Kilo Schinkenknochen, 2 Liter Waſſer, 4 gelbe Wurzeln, ¼ Steckrübe, 80 Gramm getrocknete Erbſen oder 1 Kilo Pahlerbſen, 100 Gramm Backpflaumen, ½ Sellerie, 4 Eßlöffel Eſſig, 2 Eßlöffel Zucker, ½ bis 1 Kilo Aal, 1 Teelöffel getrocknete oder friſche Aalkräuter (Handvoll).

Den Schinkenknochen tags vorher in kaltes Waſſer legen, mit demſelben Waſſer aufſetzen und 2 bis 3 Stunden kochen. Alles Gemüſe und die eingeweichten Pflaumen darin gar kochen. Iſt alles gar, dann nimmt man den Knochen heraus, gibt das Fleiſch klein geſchnitten hinzu und kocht darin die Aale gar. Dann gibt man Eſſig, Zucker und Aalkraut hinzu und ſchmeckt die Suppe ſüß-ſauer ab. Wenn nötig, bindet man ſie mit etwas Weizenmehl.

Mehlklöße. 500 Gr. Mehl, ¼ Liter Waſſer, 2 Eßlöffel Fett, 1 Eßlöffel Salz.

Das Weizenmehl gibt man in eine Schüſſel. Waſſer, Fett und Salz kocht man auf und verrührt es ſchnell mit dem Mehl. Mit einem Löffel ſticht man Klöße ab, die in der Suppe oder in Waſſer gar ziehen müſſen.

Fiſchſuppe mit Klößen. 1½ Liter Waſſer, Kopf und Gräten von einem großen Fiſch, Suppenkraut, ½ Kilo Fiſch, roh gehackt. Für Klöße: 1 Ei, 2 Brötchen, Salz, Muskat, 30 Gramm Butter, 40 Gramm Mehl, Peterſilie.

Kopf und Gräten auskochen, Suppenkraut und Fiſchfleiſch hinzu, durchkochen und durchſeihen. Die Brühe mit einer hellen Grundſuppe binden.

Fiſchklöße.

Aus rohem Fiſchfleiſch, vermiſcht mit Ei, Brot, Salz, Muskat formt man kleine Klöße, die in der Suppe gar ziehen müſſen.

Rote Grütze mit Vanilleſoße. 1 Liter Saft aus 5 verſchiedenen Früchten: Johannisbeeren (rote), Himbeeren, Stachelbeeren, Brombeeren, Johannisbeeren (ſchwarze).

Zuſammen aufkochen, durchſieben und meſſen, auf 1 Liter Saft Zucker nach Geſchmack und 80 bis 100 Gramm Mondamin zum Verdicken, einmal aufkochen, in ausgeſpülte Formen geben und am nächſten Tag ſtürzen.

Vanilleſoße.

½ Liter Milch oder Sahne aufkochen, mit 1 Stückchen Vanille und mit 1 Teelöffel Weizenmehl oder Stärkemehl verdicken, 2 Eigelb mit Zucker verrühren, die gebundene Milch hinzugeben und kalt rühren, damit ſich keine Haut bildet.

Fliederbeerſuppe mit Grießklößen und Äpfeln. ½ Kilo friſche oder 100 Gramm getrocknete Fliederbeeren, ¼ Kilo Äpfel (in Viertel geſchnitten), 1 Stück Zimt, 2 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Kartoffelmehl.

Die Beeren waſchen, abſtreifen, auskochen, durchſieben, Äpfel hinein, mit Zucker abſchmecken und mit Kartoffelmehl binden.

Grießklöße. ¼ Liter Milch, 20 Gramm Butter, 80 Gramm Grieß, 1 Ei, Salz.

Milch, Butter und Salz aufkochen, Grieß trocken hinein, abbacken, abkühlen laſſen, 1 Ei hinzu und kleine Klöße formen; in Salzwaſſer gar ziehen laſſen.

Fleiſchpfannkuchen mit Kartoffelſalat. 200 Gramm Mehl, 2 Eier, ¼ Liter Milch, Salz, 125 Gramm Hackfleiſch, ½ Ei, 2 Brötchen, Salz, Semmelbröſel und ½ Ei zum Panieren.

Einen Pfannkuchenteig herſtellen, davon 6 bis 8 dünne Pfannkuchen backen, mit Fleiſchteig beſtreichen, aufrollen, in Ei und Semmelbröſeln panieren, nochmals ſchnell überbacken und als Beigabe zu Kartoffelſalat geben.

Brotpudding mit Saftſoße.

10 alte Brötchen in Scheiben ſchneiden, in Milch einweichen. 2 Eigelb mit 40 Gramm Zucker ſchaumig rühren, 30 Gramm Butter, Saft und Schale einer Zitrone, etwas Salz und die eingeweichten, verrührten Brötchen hinzu, zum Schluß den Eierſchaum und 100 Gramm Roſinen. 1½ Stunden im Waſſerbad kochen. Saftſoße dazu reichen.

Bohnen, Birnen, Speck und Kartoffeln. 1 Kilo Bohnen, ½ Kilo Birnen, ½ Kilo durchwachſenen Speck, 1 Kilo Kartoffeln.

Der Speck wird kalt mit ¼ Liter Waſſer und etwas Salz zugeſetzt und ½ Stunde vorgekocht, dann gibt man die Bohnen, die ganzen Birnen (mit Schale) und die in Scheiben geſchnittenen Kartoffeln hinzu. Vor dem Anrichten 1 Eßlöffel feingehackte Peterſilie.

Kartoffelklöße mit Backobſt.

1 Kilo am Tag vorgekochte Kartoffeln reiben, mit 100 Gramm Mehl, 2 ganzen Eiern und Salz vermiſchen. Davon Klöße formen, in die Mitte 3 bis 4 Semmelwürfel geben, rund formen, in Salzwaſſer gar kochen. Dazu Backobſt geben. Dieſes tags zuvor einweichen; am nächſten Tag im Einweichwaſſer gar kochen mit etwas Zitrone, mit Zucker abſchmecken und mit Kartoffelmehl anſäumen.

Birnen im Hefeteig mit Birnenſoße. ¾ Kilo Birnen, 50 Gramm Zucker, 1 Stück Zimt, ½ Liter Waſſer, 300 Gramm Mehl, 50 Gramm Margarine, 1 Ei, 50 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz, ¼ Liter Milch (knapp), 30 Gramm Hefe, 100 Gramm Speck.

Die Birnen ſchälen, ſchneiden, in Zuckerlöſung weich kochen. Aus Mehl, Milch, Butter, Hefe und Zucker einen Hefeteig herſtellen und aufgehen laſſen. Eine Auflaufform mit Speckſtreifen belegen, die Birnen darauf und ein klein wenig Soße. Dann den aufgegangenen Hefeteig darüber geben und das Ganze ¾ Stunden im Backofen überbacken. Birnenſoße dazu reichen, die mit etwas Maismehl gebunden iſt.

Apfelbettelmann.

¾ Kilo geriebenes Schwarzbrot wird vermiſcht mit geriebener Zitronenſchale, Zucker und etwas Zimt, und dann ſchichtweiſe mit Apfelkompott und Gelee in eine Auflaufform gegeben. Obenauf Butterflocken und Semmelbröſel. 1 Stunde überbacken und nach dem Erkalten Schlagſahne (Schlagrahm) darüber ſtreichen.

Kartoffelpfannkuchen mit Apfelmus.

1 Kilo große Kartoffeln reiben, mit Salz und 1 Ei vermiſchen, davon 8 bis 10 dünne Pfannkuchen in heißem Fett knuſperig backen. Als Beigabe Apfelmus reichen.

Fleiſchpudding mit Kapernſoße.

Halb Ochſenhack, halb Schweinehack, je 125 Gramm, wird mit eingeweichtem Brot, 1 Ei, Salz und Zwiebeln vermiſcht, in eine gefettete Puddingform gegeben und 1 Stunde im Waſſerbad gekocht. Man reicht eine Kapernſoße dazu.

Schinkenauflauf mit Makkaroni und Kartoffeln. ¼ Kilo klein geſchnittenen Schinken, 125 Gramm Makkaroni (kochen, abſchrecken), ¼ Kilo Kartoffeln gekocht, in Scheiben geſchnitten, ½ Liter Milch, 2 Eier, Salz.

Der Schinken wird mit Makkaroni und Kartoffelſcheiben abwechſelnd in eine Auflaufform gegeben. Die Milch wird mit den Eiern verquirlt und darüber gegoſſen. Butterflocken und Semmelbröſel obenauf. Der Auflauf wird 1 Stunde überbacken.

Fiſchauflauf mit Sauerkraut und Kartoffeln. ½ Kilo gekochten Fiſch, ½ Kilo in der Schale gekochten Kartoffeln (abgezogen in Scheiben ſchneiden), ½ Kilo Sauerkraut, reichlich in Fett gedünſtete Zwiebeln, Semmelbröſeln und Butter.

Fiſch kochen, entgräten, mit dem gekochten Sauerkraut und den Kartoffeln abwechſelnd in eine Auflaufform geben. Semmelbröſel und Butterflocken obenauf, 1 Stunde überbacken.

Fiſchfilet gebacken. 1 Kilo Fiſchſcheiben von Kabeljau, Seelachs. Zum Teig: 1 Ei, 100 Gramm Mehl, Salz, zu einem dicklichen Teig mit etwas Waſſer anrühren, Fett zum Backen.

Dazu verwendet man Scheiben von großen Seefiſchen. Dieſe werden in dicklichem Pfannkuchenteig gewendet und in kochendem Fett braun gebacken.

Buttermilchſpeiſe mit Vanilleſoße. ½ Liter Buttermilch, 10 bis 12 Blätter rote Gelatine, Zucker nach Geſchmack, etwas Zitronenſchale, ⅛ Liter geſchlagene Sahne (Rahm).

Die Buttermilch kalt mit Zucker und Zitronenſchale vermiſchen, die aufgelöſte Gelatine hinzu und, wenn die Speiſe dick wird, die Sahne (Rahm) darunterziehen. Vanilleſoße dazu reichen.

Fleiſchpaſtete.

Einen ungeſüßten Hefeteig (von ¼ Kilo Mehl, 30 Gramm Butter, 20 Gramm Hefe, Salz, etwas Milch) aufgehen laſſen und fingerdick ausrollen. Füllen mit einem Fleiſchteig aus Herz oder Leber, fein gerieben durch die Maſchine, mit Salz, Zwiebeln, Speckwürfeln vermiſchen, den Teig zuſammenſchlagen, backen, halb gar mit folgendem Guß übergießen: 1/8 Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm), 1 bis 2 Eßlöffel Mehl, 2 Eier, Salz; bei ziemlich ſtarker Hitze fertig backen. Tomatenſoße dazu reichen.

Gefüllter falſcher Haſe. ¼ Kilo Rinderhack, 125 Gramm Schweinehack, 2 abgeriebene eingeweichte Semmeln, 1 Ei, Salz, geriebene Zwiebeln, 1 Salzgurke, 1 hartgekochtes Ei, Fett zum Braten, 1/8 Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm).

Fleiſchteig mit der geſchälten Gurke und dem hartgekochten Ei füllen. Anbraten und ſchmoren, die Soße durch die ſaure Sahne (ſaurer Rahm) verbeſſern und mit ausgerührtem Mehl binden.

Grünkohl mit Speck und Kartoffeln. 1 Kilo Grünkohl, ½ Kilo durchwachſenen Speck, ½ Kilo kleine Pellkartoffeln.

Grünkohl waſchen, putzen und mit dem Speck weichkochen, dann auf ein Sieb geben, fein hacken und mit etwas Butter, Mehl und wenig Milch binden. Die Kartoffeln abpellen, in Fett braun braten.

Heſſen

(Frankfurt — Kaſſel)

Frankfurter Roulade.

Man läßt vom Metzger 2 ſehr breite Rouladenſcheiben von je ½ Kilo Gewicht abſchneiden. Das Fleiſch wird auf dem Brett ſanft, aber lang mit der Fauſt geklopft. Dann wiegt man 125 Gramm geräucherten Speck, die Schale einer halben Zitrone, 2 große Zwiebeln, einen Strauß Peterſilie und eine mittelgroße Gelbe Rübe ganz fein, miſcht darunter 1 Löffel Kapern, 1 Löffel kleingeſchnittene ſaure Gurken, 1 Teelöffel Salz, ½ Teelöffel Pfeffer, ½ Teelöffel gewiegten Kümmel und 1 Meſſerſpitze Nelkengewürz, ſtreicht dieſe Maſſe auf die beiden Rouladenſcheiben, wickelt jede für ſich feſt zuſammen und verſchnürt ſie mit Bindfaden. Dann legt man ſie in einen Schmortopf mit heißem Fett, übergießt ſie mit geſalzener, kochender Brühe, daß ſie knapp bedeckt ſind und dämpft ſie darin weich, ohne den Deckel mehr als zweimal zu öffnen. Wenn ſie gar ſind, nimmt man ſie aus der Dampfbrühe, bindet dieſe mit ein wenig angerührtem Mehl, gibt die eine Roulade mit ein wenig Brühe übergoſſen zu Tiſch und reicht die andere Brühe für ſich dazu. Die zweite Roulade legt man noch warm, aber nicht heiß zwiſchen zwei Bretter und beſchwert ſie leicht. Am Abend ſchneidet man dieſe Roulade in dünne Scheiben und gibt ſie mit Bratkortoffeln und Roten Rüben oder Salzgurken zu Tiſch.

Hammelhals mit friſchen Gurken.

Man läßt ¾ bis 1 Kilo Hammelhals vom Metzger vollkommen ausbeinen und umwickelt ihn dann mit Bindfaden. In einem Schmortopf macht man ein gutes Stück Fett heiß, gießt ½ Liter kochendes Waſſer daran, fügt eine zerſchnittene große Zwiebel, einige Nelken, 1 Lorbeerblatt und 2 bis 3 Zehen Knoblauch dazu, läßt aufkochen, bringt den Hammelhals hinein und dämpft ihn in dieſer Brühe weich. Nach einer halben Stunde erſt fügt man 1 Teelöffel Salz, etwas Pfeffer und Paprika hinzu. Die Gurken werden abgeſchält, erſt in Streifen und dann in Stücke geſchnitten und in einem Topf mit einem Stück Butter oder Margarine und etwas Fleiſchbrühe gedünſtet. Gegen Schluß erſt gibt man 1 Eßlöffel Zitronenſaft oder Eſſig daran, ſtreut ein wenig Mehl darüber, ſalzt ſie und ſchwenkt gut durch. Die Gurken dürfen nicht umgerührt werden. Sie dürfen auch keine Brühe mehr haben. Beim Anrichten dieſes ſehr würzigen und ſättigenden Gerichtes nimmt man das Fleiſch aus der Dämpfbrühe, entfernt den Bindfaden, ſchneidet nicht zu dünne Scheiben und richtet ſie auf einer ſehr heißen runden Schüſſel kranzartig um die in Mitte der Schüſſel angerichteten Gurken. Die Soße paſſiert man in einen heißen Topf, läßt noch einmal aufkochen und gießt ſie über die Fleiſchſcheiben.

Aal mit Salbei gebraten.

Ein Aal von etwa ¾ bis 1 Kilo wird ſehr kräftig mit Salz abgerieben und dann ſo lange gewaſchen, bis die Haut nicht mehr ſchleimig iſt. Dann ſalzt man ihn nochmals von außen und innen ein und läßt ihn 1 Stunde ſtehen. Möglichſt große, friſche Salbeiblätter werden gewaſchen, abgetrocknet und mit dünnem Bindfaden um den Aal gewickelt, daß er völlig davon umhüllt iſt. Kopf und Schwanz näht man zuſammen, daß der Fiſch einen Kranz bildet. Man brät ihn in einer Stielpfanne auf raſchem Feuer in reichlich Butter oder Margarine 15 bis 20 Minuten, nimmt ihn auf eine heiße, flache Schüſſel, ſchneidet mit einer Schere jede Windung des Bindfadens durch und kann nun die einzelnen Fäden vorſichtig unter dem Fiſch herausziehen. Der Aal wird nun in kleine Portionsſtücke geſchnitten und ſofort möglichſt heiß ſerviert. Die Salbeiblätter dürfen dabei nicht entfernt werden, ſie werden mitgegeſſen, wie auch die ſehr wohlſchmeckende Haut. In die Mitte der Schüſſel kann man kleine runde Kartoffeln füllen und das Backfett darüber gießen. — Von großen Aalen muß die Haut abgezogen werden, es empfiehlt ſich aber, nur kleinere Fiſche für dieſes Gericht zu wählen.

Rheiniſches Faſtenragout.

Man ſetzt eine Kaſſerolle mit 60 Gramm Fett zum Feuer, legt 6 bis 8 gewäſſerte Heringsmilchner hinein, beträufelt ſie mit Zitronenſaft und gießt ſo viel kochendes Waſſer darauf, daß die Milchner knapp bedeckt ſind. Dann vermiſcht man klein zerpflückte Reſte von Fiſch mit rund ausgeſtochenen Kartöffelchen, gibt dieſes über die Milchner, gießt eine Taſſe ſauren Rahm, der mit einem Löffel Mehl zerquirlt iſt, darüber, beſtreut mit feingeſchnittenen Zwiebeln, legt Butterflöckchen obenauf und bäckt zugedeckt 20 Minuten im Ofen. Man gibt die Speiſe in der Form, mit Peterſilie beſtreut zu Tiſch und reicht dazu eine Holländiſche Soße.

Gefüllte Kälberfüße.

Die ſehr ſauber gewaſchenen Kälberfüße werden in einen Topf nebeneinander gelegt, mit kochendem Waſſer übergoſſen und als Gewürz 2 bis 4 Nelken, etwas Muskat, 1 Priſe Pfeffer und das nötige Salz beigegeben. Bei geſchloſſenem Deckel kocht man ſie weich, bis ſich die Knochen davon abnehmen bzw. herausziehen laſſen. Noch heiß, wird die Haut, welche nun ganz länglich iſt, mit einer

Füllung aus Schweinehack oder aus Reſten von Rind- oder Kalbfleiſch, dem 1 oder 2 zerklopfte Eier, ein wenig Weckmehl und etwas gehackte Peterſilie ſowie Zwiebelchen beigemengt ſind, in die Haut eingefüllt und vorſichtig oben und unten zugebunden. Man dreht dieſe Rollen in Weckmehl um und bäckt ſie in der Pfanne recht knuſperig. Die Brühe kann zu einer Sülze oder zu einer kräftigen Kartoffelſuppe verwendet werden.

Frankfurter Würſtchen mit Porreeſalat.

Einige dicke Stangen Porree (Lauch) werden von Wurzeln und dem oberen Grün befreit, der Länge nach auseinandergeſchnitten und ſehr ſauber gewaſchen, daß kein Sand zwiſchen den einzelnen Blättern bleibt. Die halbierten Stangen werden nun in 3 bis 4 Stücke geſchnitten, mit kochendem Waſſer und ein wenig Zitronenſaft aufgeſetzt und bei kleinſtem Feuer vorſichtig weich gedünſtet, damit ſie nicht zerfallen. Dann läßt man ſie auf dem Durchſchlag abtropfen, benutzt die Dämpfbrühe zu einer Salatſoße, bringt die Stücke in die Salatſchüſſel, übergießt mit der Soße und ſtreut Peterſilie darüber. Die Frankfurter Würſtchen ſind allgemein bekannt. Sie dürfen nicht gekocht werden, ſondern müſſen nur 10 Minuten neben dem Feuer ziehen oder noch beſſer im Dampf erhitzt werden.

Heſſiſcher Speckkuchen.

Ein Stück Sauerteig (Bäcker) von der Größe eines mittleren Apfels wird mit etwas Milch, 1 Löffelchen Salz und ¾ Kilo Weizenmehl vermiſcht. Der Teig wird nun gut durchgeknetet, auf einem mit Speck beſtrichenen, vorher heißgemachten Blech zu einem etwa ½ Zentimeter dicken Kuchen auseinandergedrückt und ringsum mit einem Rand verſehen. Der Kuchen muß nun auf dem Blech zugedeckt gut aufgehen. Inzwiſchen bereitet man einen Guß aus 1 Liter ſaurem Rahm, 4 bis 5 zerklopften Eiern, 2 Eßlöffeln kleinſt geſchnittenem Schnittlauch, 2 bis 3 Löffeln Weckmehl und 1 Priſe Salz, quirlt alles tüchtig durcheinander, ſtreicht die Maſſe gleichmäßig über den aufgegangenen Kuchen, ſtreut reichlich kleinwürfelig geſchnittenen, mit etwas Weckmehl vermiſchten Speck darüber, bäckt den Kuchen bei guter Hitze hellbräunlich und gibt ihn warm zu Tiſch. — Zu dieſem ſchwer verdaulichen Kuchen wird meiſt Kaffee getrunken, auch ein Schnäpschen nicht verachtet.

Heſſiſche Sauerkrautſuppe.

¼ Kilo Sauerkraut mit reichlich Saft wird mit dem nötigen Waſſer weichgekocht. Dann macht man eine Einbrenne von einem gehäuften Eßlöffel Mehl und einem guten Stück Fett, gibt gegen Schluß 1 feingeſchnittene Zwiebel daran und röſtet ſie noch ein wenig mit. Dieſe Einbrenne gießt man an das kochende Kraut und läßt noch ¼ Stunde mitkochen. ¼ Kilo geräucherte Bratwurſt wird in nicht zu dünne Scheiben geſchnitten, in die Suppe gelegt und noch 5 Minuten damit ziehen gelaſſen. Manchmal wird auch knapp vor dem Auftragen 1 Taſſe ſaure Sahne (ſaurer Rahm) darüber gerührt, die aber keinesfalls mitkochen darf.

Speckgrießklöße.

125 Gramm geräucherter Speck wird kleinwürfelig geſchnitten, goldgelb geröſtet und mit ½ Liter kochender Milch übergoſſen. In dieſe kochende Milch läßt man 200 Gramm Grieß unter ſtarkem Rühren einlaufen und rührt ſo lange auf

ſchwachem Feuer, bis ſich die Maſſe vom Topfe löſt. Man läßt ſie dann erkalten, vermiſcht ſie mit 2 zerklopften Eiern, formt kleine Klöße daraus und läßt ſie zugedeckt 10 bis 15 Minuten leiſe kochen. Das Kochwaſſer kann kräftig geſalzen werden.

Rheiniſche Suppe.

Man läßt 1 Stück Butter oder Margarine im Suppentopf zergehen, rührt 2 Eßlöffel Mehl, 1 Taſſe voll kleingeſchnittener Peterſilienwurzel, Sellerie und Blumenkohl ſowie ½ Taſſe gewaſchenen Reis daran, läßt alles gut durchdämpfen, bis es hellgelb geworden iſt, nimmt vom Feuer, füllt nach 2 Minuten Erkalten mit der nötigen Flüſſigkeit auf, läßt weich kochen, gibt zum Schluß eine Anzahl kleiner Fleiſchklößchen (Bratwurſtfüllſel) daran und ſerviert die Suppe ohne zu paſſieren.

Heſſiſche Plunderbrezeln.

Plunderteig nennt man einen Hefenteig, der in der Art des Blätterteiges bearbeitet wird. Aus dieſem Teig werden meiſt große Brezeln geformt, doch kann man ihn auch zu kleinen Brezeln, Schnecken und Laibchen verwenden. — ½ Kilo angewärmtes feines Mehl wird in eine Schüſſel geſiebt, in der Mitte eine Grube gemacht, 35 Gramm in ein wenig lauwarmer Milch aufgelöſte Hefe, ½ Teelöffel Salz, 1 Eidotter und 3 Eßlöffel warme Milch gut zuſammengequirlt und in die Grube geſchüttet, worauf man ſie mit dem ganzen Mehl verrührt und den Teig zugedeckt ſtehen läßt, aber ohne ihn warm zu ſtellen. Wenn er gut aufgegangen iſt, arbeitet man ihn tüchtig durch, ſchlägt ihn mit dem Teiglöffel, bis er Blaſen wirft, rollt ihn auf dem mehlbeſtäubten Brett fingerdick aus, legt auf die Mitte 450 Gr. recht harte, zu einer breiten Scheibe geformte Butter oder Margarine, ſchlägt den Teig darüber zuſammen, drückt ihn möglichſt feſt aufeinander, dreht das Ganze um, ſo daß die zuſammengeſchlagenen Enden auf das Brett kommen, beſtäubt das Nudelholz mit Mehl und rollt den Teig mit leichter Hand wieder fingerdick aus, wobei man das Nudelholz immer von oben her gegen ſich rollt, alſo ſtets in einer Richtung. Nun ſchlägt man den Teig dreifach zuſammen, rollt ihn wieder aus und wiederholt dies noch zweimal, alſo im ganzen vier ſogenannten „Touren". Zuletzt rollt man einen langen, dünnen Streifen aus, überſtreicht ihn mit Butter, ſtreut Zucker, Zimt, Korinthen und gewiegte Mandeln darauf, rollt ihn zu einer langen Wurſt zuſammen, formt dieſe zu einer großen Brezel, legt ſie auf ein gefettetes Backblech, läßt ſie gut aufgehen, beſtreicht ſie erſt mit Butter und dann mit 1 zerquirlten Ei und bäckt ſie bei Mittelhitze zu ſchöner Farbe.

Will man kleinere Brezeln aus dieſem Teig herſtellen, ſo zerſchneidet man den zuletzt ausgerollten dünnen Teig in 10 Zentimeter breite und 20 Zentimeter lange Streifen, beſtreut ſie wie oben angegeben, rollt ſie feſt zuſammen, formt die Brezeln aus den Rollen, läßt ſie auf dem Blech aufgehen, beſtreicht mit Eigelb und bäckt goldgelb.

Für Schnecken muß der Teig beſonders dünn ausgerollt werden, man braucht dazu Rollen von mindeſtens 25 Zentimeter Länge und knapper Fingerdicke.

Kölniſche Muzen.

3 ganze Eier, 3 Eidotter und 3 Eßlöffel ſüße Sahne (Rahm) werden mit ſo viel Mehl, als die Eier annehmen, alſo ungefähr ½ Kilo, gut verrührt und dann gründlich geſchlagen. Der Teig wird dann ſo dünn als möglich auf dem bemehlten

Backbrett ausgerollt — er muß faſt durchſichtig ſein —, mit dem Teigrädchen in kleine Vierecke oder Rauten gerädelt, die man in gut heißem Schmalz raſch goldbraun bäckt. Nach dem Backen legt man die Muzen auf weißes Fließpapier, läßt ſie gut abtrocknen und beſtreut ſie dann mit Puderzucker.

Muzenmändelchen.

Man rührt 250 Gramm Zucker mit 4 zerklopften Eiern ſchaumig. Dann fügt man 65 Gramm abgezogene, fein gewiegte Mandeln, etwas Zimt, den Saft von ½ Zitrone, 1 Löffel Rum und 1 Löffel geſalzenes Waſſer hinzu. Dieſe Maſſe wird mit ½ Kilo Mehl und 1 Backpulver verarbeitet und fingerdick ausgerollt. Dann ſticht man mit einer Mändelchenform kleine Stückchen aus und bäckt ſie in heißem Schmalz hellbraun.

Mittelrheiniſche Muzen.

Man miſcht in einer Backſchüſſel ½ Kilo feines Mehl, 100 Gramm in Stückchen zerpflückte Butter, 70 Gramm Zucker, etwas abgeriebene Zitronenſchale, 5 Eidotter, 3 Löffel Weißwein, 1 Löffel Roſenwaſſer und 1 Priſe Salz und verarbeitet alles zu einem leichten Teig. Dieſer wird nun zu einer dicken Platte ausgerollt, wieder zuſammengeſchlagen und 1 Stunde kalt geſtellt. Dann rollt man den Teig auf dem Backbrett ganz dünn aus. rädelt kleine Vierecke, bäckt ſie in heißem Schmalz und gibt ſie dick mit einer Miſchung von Zucker und Zimt beſtreut als Faſtnachtsgebäck zu Tiſch.

Frankfurter Bethmännchen.

Dieſe Frankfurter Spezialität kann man aus ſelbſthergeſtellter Mandelmaſſe oder aus fertig gekauftem Marzipan bereiten. Die Mandelmaſſe wird folgendermaßen hergeſtellt: 200 Gramm abgezogene und wieder abgetrocknete Mandeln werden mit 4 Eiweiß, die man ſehr langſam nach und nach dazu gibt, im Mörſer ſehr fein geſtoßen und zerrieben. Nach Geſchmack kann man Vanillin oder Vanillezucker, ganz fein gewiegte Zitronenſchale oder auch Zimt in den Teig verarbeiten. Wenn die Mandeln vollſtändig breiig geworden ſind, vermiſcht man ſie ebenfalls im Mörſer gründlich mit 250 Gramm Zucker und läßt den Teig vor dem Gebrauch ½ Stunde ſtehen. Oder: Man vermiſcht 250 Gramm weißen Marzipan mit 2 Eiweiß und 75 Gramm feinem Zucker und rührt mit einem Holzlöffel den Teig recht glatt und gleichmäßig.

Einen dieſer beiden Teige füllt man in einen Spritzbeutel mit weiter, glatter Tülle und drückt daraus auf ein mit Oblaten belegtes Blech ſpitze Häufchen, belegt jedes mit 3 abgezogenen halben Mandeln, die gewölbte Seite nach außen und die Spitze nach oben, ſo daß die 3 Spitzen zuſammenſtehen. Man ſtellt das Blech einen Tag kühl und bäckt dann bei ſehr mäßiger Hitze hellgelb wie Makronen. Nach dem Backen werden die Oblaten ringsum abgebrochen. Der Teig iſt ſehr zäh und erfordert Kraft zum Durchdrücken mit dem Spritzbeutel.

Bethmännchen II.

Zu 250 Gramm fertiger Marzipanmaſſe knetet man 60 Gramm geſiebten Puderzucker und 1 Eiweiß, bis eine glatte Maſſe entſtanden iſt. Zuletzt fügt man

10 Gramm Mehl dazu, miſcht es gut mit der Maſſe, formt von dieſer mit den mit Waſſer angefeuchteten Händen kleine, glatte Kügelchen, ſetzt ſie auf ein wachsbeſtrichenes Blech, drückt 3 halbe abgezogene Mandeln auf jedes Kügelchen, ſo daß die Spitzen zuſammenſtoßen, bäckt nach 10 Minuten goldgelb und überſtreicht ſie noch heiß mit folgender Zuckerglaſur: 3 Eßlöffel Zucker werden mit 2 Eßlöffeln Roſenwaſſer aufgekocht. Mit dieſer Glaſur beſtreicht man ſofort die Bethmännchen und läßt ſie trocknen. Sie können auch ſtatt mit Zuckerglaſur überzogen vor dem Backen mit zerklopftem Eigelb beſtrichen werden.

Frankfurter Brenten.

Man zerſtößt ½ Kilo geſchälte ſüße Mandeln, worunter einige Stücke bittere ſein können, mit 2 Löffeln Roſenwaſſer und ¼ Kilo geſiebtem Zucker im Mörſer ſehr fein, bringt die Maſſe in eine Kaſſerolle und rührt auf dem Feuer, bis ſie ſich vom Topfe löſt. Wenn die Maſſe erkaltet iſt, arbeitet man noch ¼ Kilo Zucker darunter und ſtellt ſie bis zum nächſten Tag kühl. Am folgenden Tag knetet man die Maſſe auf dem mit Zucker beſtreuten Backbrett mit 1 Eiweiß und 65 Gramm Mehl glatt, rollt ſie ½ Zentimeter ſtark aus, drückt ſie in die mit Zucker beſtreuten Brentenförmchen, ſchneidet ſie aus und bäckt ſie auf einem wachsbeſtrichenen Blech mittelbraun. Noch heiß, werden ſie leicht mit Roſenwaſſer überſtrichen.

Apfelſchalet.

Man macht einen mürben Teig aus 250 Gramm Mehl, 150 Gramm zerpflückter Butter, 125 Gramm Zucker, 2 Eiern, 1 Priſe Salz, 1 Löffel Zitronenzucker und ½ Teelöffel Zimt, arbeitet ihn gründlich und ſtellt ihn 1 Stunde kalt. Zwei Drittel des Teiges rollt man zu einer Platte aus, die ſowohl den Boden als auch die Wand einer gut gefetteten Auflaufform bedecken und noch ein wenig überhängen muß. Der Boden wird mit Weckmehl beſtreut und darauf eine Füllung von nicht zu klein geſchnittenen, mit Butter, Zucker, Zimt, Zitronenſchale, Sultaninen und geriebenen Mandeln, kurz gedämpften Äpfeln bis etwa zur Hälfte der Form reichend gelegt. Darüber kommt wieder eine dünne Platte Teig, beſtreut mit Weckmehl, darauf Apfelfüllung, obenauf ein Teigdeckel. Den überſtehenden Teig ſchlägt man darüber, beſtreicht erſt mit zerlaſſener Butter und dann mit Eigelb und bäckt bei guter Hitze etwa 35 Minuten.

Schwarzer Magiſter (Backpflaumengericht).

Man weicht 375 Gramm gute, möglichſt kernloſe Backpflaumen über Nacht in Waſſer ein und kocht ſie am anderen Tage mit Zucker, Zimt und Zitronenſchale weich. 6 geſtrige Brötchen (oder 2 Pakete Zwieback) werden in Scheiben geſchnitten und in Butter auf beiden Seiten gelb geröſtet. Man belegt den Boden einer gebutterten Form mit einer Schicht Semmelſcheiben, dann mit einer Schicht Backpflaumen und fährt damit fort, bis die Form ¾ voll iſt. Nun kocht man die Pflaumenbrühe kurz ein, quirlt ſie nach einigem Erkalten mit ½ Liter ſaurem oder ſüßem Rahm, 2 bis 4 ganzen Eiern, einigen geſtoßenen bitteren Mandeln, der abgeriebenen Schale ½ Zitrone und 75 Gramm Zucker, gießt alles über die obere Lage und bäckt bei mäßiger Hitze etwa 1 knappe Stunde. Die Speiſe wird nach einigem Abkühlen zu Tiſch gegeben.

Rheiniſches Apfelkraut.

Man wäſcht ſehr ſüße, reife Äpfel und auch ein Drittel Birnen ſehr ſauber, ſchneidet ſie in Stücke, nimmt die Kerne, jedoch nicht das Kerngehäuſe heraus, ſchüttet die Früchte in einen breiten Einmachtopf, gießt kochendes Waſſer bis zur halben Höhe darauf, läßt bei ganz ſchwachem Feuer langſam weich kochen und gießt die Maſſe zum Ablaufen in einen Fruchtbeutel. Am nächſten Tage ſetzt man den gewonnenen Saft ohne Zucker auf ſcharfes Feuer und kocht ihn erſt raſch, dann aber langſam unter ſehr vielem Rühren ein, bis er ganz dick und braun geworden iſt, was viele Stunden in Anſpruch nimmt. Sehr ſchön wird das Apfelkraut in der Grude, dagegen iſt es auf Gas nicht oder nur mit großem Gasverbrauch zu bereiten. Man verwahrt das Apfelkraut ohne weitere Vorſichtsmaßnahmen in Steintöpfen oder in kleinen Eimerchen, wo es ſich ſehr lange hält. Im Rheinland wird es zum Frühſtück auf Weißbrot geſtrichen und mit 1 Scheibe Schwarzbrot überdeckt.

Rheiniſche Püffertches.

Dieſe kleinen Kuchen werden hauptſächlich am Martinsabend gegeſſen, und zwar mit Apfelkraut. 250 Gramm Mehl, 3 bis 4 Eier, 3 Eßlöffel geſchmolzene Butter, 20 Gramm in ganz wenig lauer Milch aufgelöſte Hefe und etwa ¼ Liter laue Milch wird zu einem glatten Teig verarbeitet, dann ½ Taſſe ausgewellte Korinthen und 1 Eßlöffel Roſenwaſſer daran gegeben und mit dem Teiglöffel geſchlagen, bis er Blaſen wirft. Der Teig muß nun 1½ Stunden aufgehen, dann werden mit einem Löffel kleine runde Kuchen in eine Stielpfanne geſetzt und auf beiden Seiten goldgelb gebacken. Man verwendet zum Backen Schweineſchmalz oder Öl. Mit Zucker beſtreut, gibt man ſie zu Tiſche. Sie werden warm mit der Gabel gegeſſen.

Kräuterſoße. 2 hartgekochte Eigelb, ½ Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Senf, 1 Teelöffel Öl, 1 Eßlöffel Eſſig, 1 Priſe feiner, weißer Pfeffer, 1 Priſe Zucker, ¼ Liter ſaure Sahne, 3 Eßlöffel gewiegte Kräuter (Schnittlauch oder Zwiebelgrünes, Borage, Dill, Pimpinelle, Peterſilie, Eſtragon, Sauerampfer).

Die hartgekochten Eigelb werden durch ein Sieb geſtrichen und mit Salz und nach und nach mit den übrigen Zutaten verrührt. Die Kräuter kommen unmittelbar vor dem Anrichten unter die kaltgeſtellte Soße. Man reicht ſie als Beigabe zu gekochtem Rindfleiſch, gebratenem Fiſch, Sülze und hartgekochten Eiern. Das Eiweiß kann grobgehackt hinzugegeben werden.

Kopfſalat.

Der fertig vorbereitete Salat wird in Soße aus folgenden Zutaten gegeben: ⅛ Liter ſaure Sahne, 1 Priſe Salz, 1 Eßlöffel Öl, ½ bis 1 Eßlöffel Eſſig, 1 Priſe Zucker, 1 Eßlöffel gewiegte Salatkräuter (Schnittlauch, Borage, Dill, Pimpinelle).

Eierpfannkuchen. 6 bis 8 Eier, 1 Teelöffel Salz, knapp ¼ Liter Milch, nach Belieben 1 Eßlöffel Schnittlauch, 60 Gramm geräucherten Speck.

Eier, Salz, Milch werden verquirlt. Der Speck wird in Würfel geſchnitten und in einer Stielpfanne ausgelaſſen. Dann gibt man die Eiermaſſe darauf und bäckt den Pfannkuchen langſam in offener Pfanne auf einer Seite. Wenn die Maſſe anfängt, ſteif zu werden, wird der Schnittlauch darübergeſtreut. Man reicht Salzkartoffeln und Kopfſalat (auf heſſiſche Art) dazu.

Strünkchengemüſe. (Endivienart.) 4 bis 5 Strünkchen, 25 Gramm Butter oder Speck, 20 Gramm Mehl, 1/8 Liter Milch, 1/8 Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm), Salz nach Geſchmack, 1 Priſe Pfeffer, 1 Priſe Muskatnuß.

Die Blätter werden abgelöſt, Blattgrün und Mittelrippe voneinander getrennt, die Strünke werden geſchält (das Holzige abgeſchnitten) und gehobelt, die Mittelrippen fein geſchnitten und mit den gehobelten Strünken in Salzwaſſer gargekocht. Aus den übrigen Zutaten macht man eine Milchſoße und gibt unmittelbar vor dem Anrichten die Strünke und die ſaure Sahne hinzu. Die Strünke dürfen nicht längere Zeit in der Soße ſtehen, da ſonſt die Soße dünnflüſſig wird. Die Blätter können gleichzeitig mit den Strünkchen gekocht werden oder ſie werden wie Spinat zubereitet und als Garnitur verwendet.

In Heſſen iſt es üblich, die Strünkchen für den Winter in Salz haltbar zu machen. Hierzu werden nur die Strünke — nicht die Blätter — verwendet. Sie werden geſchält, gehobelt und mit reichlich Salz (10%) in einen Steintopf eingeſtampft. Ein Teil des ſich bildenden Waſſers wird abgegoſſen und die Strünkchen mit Tuch, Brett und Stein beſchwert. Bei ihrer Verwendung müſſen die Strünkchen wiederholt in friſchem Waſſer abgekocht werden. Zubereitung ſonſt wie oben.

Klieven (Johannislauch). ½ Kilo Klieven (nur die Zwiebeln und etwas von den gelben Röhren), 50 Gramm Fett, 50 Gramm Mehl, ½ Liter Waſſer, ½ Eßlöffel Salz, 1 Priſe Pfeffer, ½ Eßlöffel Zucker, 1 bis 2 Eßlöffel Eſſig, 1/8 Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm).

Die Klieven werden geſchält, der Länge nach durchgeſchnitten, im Fett gedünſtet, dann gibt man das Mehl, Waſſer und Gewürze hinzu und läßt das Gemüſe langſam gar ſchmoren (¾ Stunden). Zum Schluß ſchmeckt man mit der ſauren Sahne (ſaurer Rahm) ab. Das Gemüſe wird zu gekochtem Rindfleiſch gegeben.

Kartoffelbrei. 1½ Kilo Kartoffeln, Salzwaſſer, 1 Liter Milch, 50 Gramm Speck, 1 mittelgroße Zwiebel.

Die Kartoffeln werden als Salzkartoffeln gekocht, abgegoſſen, grob zerſtampft, mit der heißen Milch vermiſcht und mit der im zerlaſſenen Speck geröſteten Zwiebel übergoſſen. Das Gericht wird in Suppentellern angerichtet.

Schmandheringe. 4 Salzheringe, 1 großer Apfel, 1 Salzgurke, 1 kleine Zwiebel, 1 Priſe Pfeffer, 1 bis 2 Eßlöffel Eſſig, 3/8 Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm).

Die gewäſſerten Salzheringe werden entgrätet und in große Stücke geſchnitten. Apfel und Gurke werden in kleine Stücke geſchnitten, die Sahne (Rahm) gewürzt und alle Zutaten ſchichtweiſe in eine Glasſchale gefüllt. Man reicht Pellkartoffeln oder Brot dazu.

Speck- und Zwiebelſoße. 125 Gramm geräucherten Speck, 2 große Zwiebeln, 3/8 Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm).

Speck und Zwiebeln werden in Würfel geſchnitten und hellbraun geröſtet. Die ſaure Sahne (ſaurer Rahm) wird in die Soßenſchüſſel gegeben und kurz vor dem Anrichten mit der Zwiebelſoße übergoſſen. Man reicht Pellkartoffeln dazu.

Weckewerk. (6 bis 8 Perſonen.) 375 Gramm Schweinefleiſch aus der Vorderkeule (nicht zu fett), 375 Gramm Schwarten, 1 Lorbeerblatt, 1 Eßlöffel Salz, 3 Nelken, 5 Pfefferkörner, 3 Zwiebeln (kleine), 5 Brötchen.

Fleiſch und Schwarten werden mit den Gewürzen, mit Waſſer bedeckt, angeſetzt und 2 Stunden langſam gekocht. Die Brötchen weicht man in Fleiſchbrühe auf, gibt alles durch die Fleiſchmaſchine, ſchmeckt mit Majoran, Thymian, Nelken, Nelkenpfeffer, weißem Pfeffer und (nach Geſchmack) Kümmel ab und kocht unter Rühren einmal auf. Weckewerk wird entweder noch warm zu Pellkartoffeln gegeſſen oder in eine Schüſſel gefüllt, erkaltet, geſtürzt, in Scheiben geſchnitten und gebraten. Saure Gurke als Beigabe.

Plätze.

1½ Kilo ungeſchälte Kartoffeln werden halbiert, mit der Schnittſeite auf ein Backblech gelegt und im Bratofen etwa ¾ Stunden geröſtet. Wenn ſie gar ſind, werden ſie heiß mit Wurſtfett oder Butter zu Tiſch gegeben. Man trinkt Kaffee dazu.

Fett-Soße („Duckefett"). Reichlich 1/8 Liter Rüböl (ausgeglüht), 2 große Zwiebeln, 1 Teelöffel Salz, 1/8 Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm).

Zubereitung und Verwendung wie oben.

Gebratene Blutwurſt. 375 bis 500 Gramm Blutwurſt, Fett zum Braten.

Die Blutwurſt wird in dicke Scheiben geſchnitten und im heißen Fett gebraten. Man reicht Salzkartoffeln und Apfelbrei dazu.

Dürre Hunde.

Grobe Zervelatwurſtmaſſe wird nicht zu feſt in dünne Därme gefüllt und rund gebunden. Später geräuchert.

Kochkäſe. 375 Gramm ziemlich trockene Käſematte (Quark) — wenn nötig im Beutel abtropfen laſſen —, 50 Gramm Buter, ½ Liter Milch, Salz und Kümmel nach Geſchmack.

Die trockene Käſematte gibt man in einen irdenen Topf, bedeckt ſie mit angefeuchtetem Pergamentpapier und einem Deckel, ſtellt den Topf an eine warme Stelle in die Nähe des Herdes und läßt die Matte „reif" werden. Es dauert 2 bis 3 Tage. Um ein gleichmäßiges Durchreifen zu erzielen, muß die Maſſe ein- bis zweimal umgerührt werden. Die reife Matte gibt man in die zerlaſſene Butter und rührt auf dem Feuer die Maſſe ſo lange, bis ſie glatt iſt. Nach und nach gibt man die Milch und die Gewürze hinzu und läßt unter Rühren einmal aufkochen. Die dünnflüſſige Maſſe wird in Schüſſeln gefüllt und muß erkalten und ſteif werden.

Apfellaibchen. Roggenbrotteig vom Bäcker, mittelgroße Äpfel.

Von den Äpfeln entfernt man Blüte und Stiel, wickelt ſie in den dünn ausgerollten Brotteig und bäckt die Apfellaibchen bei guter Mittelhitze.

Schmandkuchen. Hefeteig von ¾ Kilo Mehl zum Blechkuchen.

Wenn der Teig auf dem Blech ausgerollt iſt, gibt man einen Guß von ¾ Liter ſaurem Schmand (Sahne), 4 bis 6 Eßlöffel Zucker, 1 Teelöffel Zimt darüber und bäckt ihn nach dem Aufgehen bei guter Mittelhitze. Man kann den Guß durch das Hinzugeben von 2 bis 3 Eiern verbeſſern.

Steinkuchen oder Hefeſchnitten. ¼ Kilo Mehl, 10 Gramm Hefe, 60 Gramm Roſinen und Korinthen, 60 Gramm gekochte geriebene Kartoffeln, 1 Eßlöffel Zucker, etwas Zitronenſchale, 1 Priſe Salz, 1 bis 2 Eier, ¼ Liter Milch.

Aus den angegebenen Zutaten ſtelle man einen ziemlich dünnen Hefeteig her, der 1 bis 1½ Stunden gehen muß. Dann ſticht man mit einem Eßlöffel Teig ab, den man in der Pfanne zu handgroßen Kuchen verſtreicht und von beiden Seiten goldgelb bäckt. Nach dem Anrichten beſtreicht man ſie mit Zucker und Zimt und reicht ſie zu Obſtſuppen oder Kompott.

Butterwaffeln. ½ Kilo Mehl, ¼ Kilo Butter, 6 bis 8 Eier, das Weiße zu Schnee geſchlagen, 1 Teelöffel Salz, reichlich ½ Liter Milch.

Butter und Eigelb ſchaumig rühren, die übrigen Zutaten hinzugeben. Das Waffeleiſen wird ſehr gut vorgeheizt, beide Seiten werden mit Speck beſtrichen, der Teig wird mit einer kleinen Schöpfkelle in die Mitte des Eiſens gegeben, das Eiſen langſam geſchloſſen, die Waffeln auf beiden Seiten goldgelb gebacken. Noch warm, mit Zucker beſtreuen und gleich zu Tiſch geben.

Schmandwaffeln. ½ Liter ſaure Sahne (Schmand), 6 Eigelb, ¼ Kilo Mehl, 1 Teelöffel Salz, 6 Eiſchnee.

Zubereitung wie oben.

Hefewaffeln. 375 Gramm Mehl, 20 Gramm Hefe, 100 bis 125 Gramm Butter, 2 bis 5 Eier, ½ Liter Milch, 1 Teelöffel Arrak, etwas Zitronenſchale.

Der gut gegangene Hefeteig wird im Waffeleiſen gebacken.

Kachelkuchen. ½ Kilo Weizenmehl oder Nachmehl, 10 Gramm Hefe, 1 Priſe Salz, knapp ¼ Liter Milch.

Man ſtellt einen einfachen, ziemlich feſten Hefeteig her, formt ihn zu einem kleinen, flachen Brot, läßt ihn gehen und bäckt ihn bei guter Mittelhitze. Wenn er erkaltet iſt, wird er flach durchgeſchnitten, mit zerlaſſener Butter oder mit in Rüböl leicht gedünſteten Zwiebeln beſtrichen, zuſammengeklappt und in Streifen geſchnitten. Man gibt Kaffee dazu. Der Teig kann auch in einer Bratpfanne im Ofen gebacken werden.

Rübenwurſt.

5 Kilo gekochte Möhren werden durch die Fleiſchmaſchine gegeben und gut ausgepreßt, damit ſie ganz trocken ſind. 4 Kilo Zervelatwurſtmaſſe und 1 Kilo

fettes, gekochtes Bauchfleiſch werden mit den vorbereiteten Möhren gemiſcht und gut abgeſchmeckt. Die Maſſe wird in Därme gefüllt, rund 8 Tage im Warmen getrocknet, bis ſie leicht ſäuerlich iſt. Die Würſte werden dann 2 bis 3 Wochen an die Luft gehängt und geräuchert. Wenn ſie friſch verwendet werden ſollen, werden ſie in einer Pfanne ohne Fett langſam aufgebraten und zu Pellkartoffeln gegeſſen. Die Rübenwurſt eignet ſich aber auch gut zu Dauerware als Brotaufſchnitt.

Statt der Möhren kann man auch gekochte Kartoffeln verwenden (Kartoffelwurſt).

Warmbier. ¾ Liter Bier, ¼ Liter Waſſer, 3 Eier, 1 Priſe Muskatnuß, 1 Stück Zimt, Zucker nach Geſchmack, knapp ¼ Liter ſaure Sahne (Schmand).

Waſſer, Bier, Zucker und Zimt werden bis vor's Kochen gebracht. Eier, Sahne und Muskatnuß werden gut miteinander verquirlt und unter Schlagen mit der heißen Flüſſigkeit vermiſcht. Man reicht das Warmbier in Taſſen und gibt kleine Schwarzbrotwürfel hinein.

Grüne Pfannkuchen.

2 Brötchen werden in Waſſer eingeweicht, feſt ausgedrückt, 3 Eier hinzugegeben (das Weiße zu Schnee geſchlagen), ferner 1 Eßlöffel Mehl, 1 Löffel gemahlenen Speck, Salz und viel Grünes (Schnittlauch, Peterſilie). Die Maſſe wird auf einer Bratpfanne auseinandergedrückt und auf beiden Seiten gebacken. Man gibt die Pfannkuchen zu Kopfſalat.

Pfalz

Pfälzer Kartoffelſuppe. ¾ Kilo Kartoffeln, ½ kleiner Wirſingkopf, 2 Gelbe Rüben, 1 Sellerieknollen, 1 Peterſilienwurzel, 1 Zwiebel, 40 Gramm Mehl, 30 Gramm Fett, 2½ Liter Waſſer, 100 Gramm geräuchertes Fleiſch.

Kartoffeln und Gemüſe werden mit dem Waſſer gekocht und durchgetrieben, dann gibt man eine Einbrenne und das geräucherte Fleiſch zu, welches man in kleine Würfel geſchnitten hat.

Gefüllter Schweinemagen (ſiehe unter Eintopfgerichten).

Weiße Rüben. 1½ Kilo Weiße Rüben, ½ Kilo Kartoffeln, 100 Gramm Butter, 150 Gramm Mehl, 2 Zwiebeln, Waſſer, Salz.

Die Rüben werden in Scheiben geſchnitten, in Salzwaſſer halb weichgekocht, die geſchnittenen Kartoffeln dazugegeben und nach dem Garkochen das Ganze geſtampft oder durchgetrieben. Von Butter, Mehl und Zwiebeln eine helle Einbrenne herſtellen, zuletzt mit Salz, eventuell etwas Zucker würzen.

Gelbe Rüben auf Pfälzer Art. 1½ Kilo Gelbe Rüben, ½ Kilo Kartoffeln, 80 Gramm Butter, 80 Gramm Mehl, Salz, Zucker, Peterſilie, ¾ Liter Waſſer.

Aus Butter und Mehl, nach Belieben mit etwas Zwiebeln, ſtellt man eine Einbrenne her, gibt die in Streifen geſchnittenen Gelbe Rüben zu, füllt mit Waſſer auf und läßt ſie halb weich kochen. Dann gibt man die in Streifen geſchnittenen Kartoffeln zu und läßt das Ganze weich kochen. Beim Anrichten ſtreut man gewiegte Peterſilie auf. Man reicht Brot dazu.

Flappenkraut. 1½ Kilo Weißkraut, 2 Liter Waſſer, Salz, 60 Gramm Butter, 2 Zwiebeln, 1 Eßlöffel Mehl, Muskat.

Das Weißkraut wird in Blättern abgekocht. Dann dämpft man Zwiebeln und das unzerkleinerte Kraut in heißer Butter, überſtäubt mit Mehl und würzt. Reicht man gekochtes Schweinefleiſch dazu, dann füllt man mit Schweinefleiſchbrühe auf.

Brockelbohnen. 1½ Kilo Bohnen, ½ bis 1 Kilo Kartoffeln, 90 Gramm Butter, 50 bis 60 Gramm Mehl, Zwiebeln, Salz, Waſſer.

Die geputzten Bohnen werden quer in 4 bis 5 Stücke geſchnitten, in Butter und Zwiebeln angedämpft und halb gargekocht. Nun gibt man die in Scheiben geſchnittenen Kartoffeln hinzu, würzt und kocht das Ganze gar.

Kartoffeln nach Pfälzer Art. 1½ Kilo Kartoffeln, ¾ Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, 1 Zwiebel, einige Nelken, Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, 40 Gramm Butter, Peterſilie.

Die geſchälten, in Scheiben geſchnittenen Kartoffeln werden mit Waſſer, Fett und den Gewürzen beigeſtellt und weichgekocht. Kurz vor dem Auftragen nimmt man die Gewürze heraus und ſtreut die Peterſilie darüber.

Pfälzer Soße. 3 kleine gekochte Kartoffeln, 3 harte Eigelb, 5 Eßlöffel Öl, 3 bis 4 Eßlöffel Eſſig, ⅛ Liter Fleiſchbrühe, 1 Eßlöffel Salz, 1 Eßlöffel Peterſilie, nach Belieben Rahm.

Die erkalteten geriebenen Kartoffeln verrührt man mit den durchgetriebenen Eigelb und den übrigen Zutaten glatt und verdünnt die Soße mit etwas Rahm.

Gebackener Schinken.

Der geräucherte Schinken, der einen Tag gewäſſert wurde, wird in Brotteig gewickelt und bei ſtarker Hitze 3 bis 4 Stunden gebacken. Nach dem Erkalten nimmt man den Schinken aus dem Teig.

Weißer Käſe.

Topfen wird durch ein Sieb getrieben, mit Rahm angerührt, mit dem Schneebeſen geſchlagen und mit Zwiebeln, feingeſchnittenem Schnittlauch, eventuell auch mit Kümmel gewürzt.

Schinkenring. 6 Brötchen, ¼ Liter Milch, 125 Gramm Butter, 1 Teelöffel Salz, 1 Eßlöffel Peterſilie, ½ Kilo gekochte geriebene Kartoffeln, 180 Gramm Schweizerkäſe, 200 Gramm gekochter, kleingehackter Schinken, 3 getrennte Eier, 25 Gramm Backpulver.

Die Brötchen werden in Scheiben geſchnitten und mit heißer Milch überbrüht. Dann dämpft man ſie in Butter an und gibt die übrigen Zutaten zu, zuletzt den Eiſchnee. In einer vorbereiteten Ringform wird die Maſſe gekocht oder in einer Auflaufform gebacken. Beim Anrichten füllt man Salat in die Mitte.

Pfälzer Götterſpeiſe. 70 Gramm Biskuite, 70 Gramm Kuchenreſte, 6 bis 8 Eßlöffel Gelee, 2 Eßlöffel Rum, Weincreme.

Kuchenreſte und Biskuite werden in Würfel geſchnitten und in eine Glasſchale gelegt, mit Rum angefeuchtet. Man ſtreicht Gelee auf und gießt eine Weincreme darüber. Nach Belieben kann man mit Merinkenmaſſe und Früchten verzieren.

Zimtwaffeln (ſiehe Weihnachtsgebäck).

Herrenkonfekt. 7 Eiweiß, ½ Kilo Zucker, 50 Gramm Zimt, Vanillezucker, ¼ Kilo Mandeln, ¼ Kilo Haſelnüſſe, eine Arrakglaſur.

Eiſchnee mit Zucker und Zimt ¼ Stunde ſchlagen, dann Mandeln und Haſelnüſſe zugeben, Teig meſſerrückendick auswellen, ausſtechen, bei mäßiger Hitze backen. Noch warm mit der Glaſur überziehen.

Oſtpreußen (Königsberg, Danzig)

Gekröſeſuppe (Saure Grütze). 1 großes Gänſegekröſe oder 2 Entengekröſe, 3 Liter Waſſer, Salz, 2 Zwiebeln, Majoran, Gewürz- und Pfefferkörner, 4 Äpfel, 120 Gramm Hafergrütze.

Das gewaſchene Gekröſe wird in Stücke geſchnitten und mit den Gewürzen in kaltem Waſſer aufgeſetzt. Wenn es kocht, gibt man die Hafergrütze zu und die geſchälten, in Stücke geſchnittenen Äpfel und läßt die Suppe in 2 bis 3 Stunden weichkochen. Das Gericht kann nach Belieben ſüß-ſauer abgeſchmeckt werden.

Rote Rübenſuppe (Beetenburtſch). 500 bis 750 Gramm Rindfleiſch, Suppengemüſe, 2 Liter Waſſer, Salz — 750 Gramm Rote Rüben — ¼ Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm), 1 Eßlöffel Mehl, Zucker, Zitrone oder Eſſig.

Man kocht eine kräftige Fleiſchbrühe. Die Roten Rüben werden gewaſchen, weich gekocht, geſchält und gerieben. Dieſen Brei tut man in die Brühe, dazu gibt man die Sahne (Rahm), bindet mit Mehl und ſchmeckt nach Zitrone und Zucker ab. Zum Schluß gibt man das in Würfel geſchnittene Fleiſch hinein.

Mohnnudelſuppe. ¼ Liter Waſſer, 1 Liter Milch, 2 geriebene bittere Mandeln, 5 Gramm geriebene ſüße Mandeln, Zucker nach Geſchmack, ⅛ Liter Mohn, Salz, Nudeln von 1 Ei.

Waſſer und Milch werden aufgekocht, der gebrühte, gemahlene Mohn, die Mandeln und die Nudeln zugegeben, ſo lange gekocht, bis die Nudeln weich ſind und nach Belieben auch mit Roſenwaſſer abgeſchmeckt.

Saure Kohlſuppe. 1 kleiner Schweinefuß, mager, 1½ Liter Waſſer, Gewürze, Salz, 750 bis 1000 Gramm Weißkohl, Eſſig oder Zitronenſäure nach Geſchmack, 50 Gramm Weizenmehl, ⅛ Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm).

Den Schweinefuß und den geſchnittenen Weißkohl mit Waſſer und Gewürzen gar kochen, Säure dazugeben und mit Weizenmehl und Sahne (Rahm) bündig machen. Dieſes gilt als Eintopfgericht; man ißt Salzkartoffeln dazu.

Kürbisſuppe. 500 Gramm Kürbis, ¼ Liter Waſſer, ½ Liter Milch, 40 Gramm Reis, Nudeln oder Graupen, 2 bittere geriebene Mandeln, Salz, Zucker, geſtoßener Zimt.

Der Kürbis wird geſchält, das innere weiche Fleiſch entfernt, gewogen und in Stücke geſchnitten, mit dem Waſſer weich gekocht, durchgeſchlagen, wieder auf das Feuer geſetzt und der Reis dazu gegeben. Iſt er halb weich, wird die kochende Milch dazugetan, dann läßt man ihn unter öfterem Rühren weich kochen und ſchmeckt ihn mit Salz, Zucker und Zimt ab.

Kalte Obſtſuppen (Kaltſchalen). 300 bis 500 Gramm rohes Obſt vorbereiten, in 1¼ Liter Waſſer weich kochen.

Durch ein Sieb ſtreichen; die Suppe nochmals aufkochen, Zucker nach Geſchmack zugeben, 10 bis 20 Gramm angerührtes Kartoffelmehl hineinſchütten, die Suppe einmal aufkochen laſſen und dann kaltſtellen. Kirſchſuppe wird nicht durchgeſtrichen; die Kirſchen werden vorher entſteint. — Nach Belieben kann in jeder Obſtſuppe ein Stückchen dünne abgeſchälte Zitronenſchale oder etwas Stangenzimt mitgekocht werden. Beides wird vor dem Anrichten entfernt.

Birnenſuppe mit Klößen. 400 bis 500 Gramm Birnen waſchen, ſchälen, von Stiel, Blüte und Kerngehäuſe befreien, in Stücke ſchneiden, in 1¼ Liter kochendes, leicht geſüßtes Waſſer ſchütten und darin gar, aber nicht weich kochen. Inzwiſchen einen Mehlklöße-Teig herſtellen aus 250 Gramm Mehl, 2 bis 4 gekochten, geriebenen Kartoffeln (oder 1 Teelöffel Backpulver) 1 verklopftes Ei, ⅛ Liter Milch, 1 Eßlöffel Zucker, 2 Eßlöffel Butter, 1 Priſe Salz.

Mit einem Eßlöffel ſchnell nacheinander Klöße abſtechen, ſie an der Seite der Schüſſel hochziehen und in die kochende Suppe legen. Nachdem ſie in die Höhe geſtiegen ſind, ſie noch zirka 5 Minuten gar ziehen laſſen. Die Suppe wird bündig durch das von den Klößen abgekochte Mehl. Man ſüßt ſie nach Geſchmack und gibt ſie warm zu Tiſch.

Backobſtſuppe. 125 Gramm Backobſt, 1¼ Liter Waſſer, 50 Gramm Zucker, ⅛ Liter Sahne (Rahm), 30 Gramm Weizenmehl.

Das am vorangegangenen Abend eingeweichte Backobſt wird mit dem Einweichwaſſer gar gekocht, mit Zucker geſüßt und mit Weizenmehl bündig gemacht.

Königsberger Rinderfleck.

Rindermagen und die gut gereinigten dicken Därme werden ungefähr 24 Stunden gewäſſert, mit Salz abgerieben und in friſchem Waſſer ſo lange geſpült, bis ſie einwandfrei ſind. Dann ſchneidet man die Fleck in kleine Würfel, ſetzt ſie in kaltem Waſſer auf und gibt nach zirka 3 Stunden Zwiebeln, Gewürzkörner, Majoran, reichlich Sellerie (in einem Mulläppchen zuſammengebunden) und Salz als geſchmackgebende Zutat hinzu. Nun läßt man die Fleck in 6 bis 8 Stunden weich kochen. — Zum Kochen von Fleck eignet ſich ſehr gut der Papin'ſche Dampftopf oder ein Schnellkochtopf, weil hierdurch die Garzeit ſehr verkürzt wird.

Königsberger Klopſe. 250 Gramm gehacktes Schweinefleiſch, 250 Gramm gehacktes Rindfleiſch, ⅛ Liter Waſſer, ⅛ Liter geriebene Semmeln, 1 Ei, 2 geſtrichene Teelöffel Salz, 1 geriebene Zwiebel, 1 Eßlöffel geſchmolzene Butter. — ¾ Liter Waſſer, Salz, 1 Lorbeerblatt. — 40 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, ½ Liter Brühe (Mehlſchwitze).

Das Fleiſch wird mit allen Zutaten gut vermiſcht, man formt gleichmäßig große Klöße, gibt ſie in das kochende Waſſer und läßt ſie ½ Stunde gar ziehen (gleichmäßig kochen), nimmt die Klopſe dann heraus, macht eine helle Mehlſchwitze, die man mit der Brühe auffüllt, ſchmeckt die Suppe mit Zitrone und Kapern ab und gibt zum Schluß etwas Sahne (Rahm) oder Buttermilch hinein. Die Klopſe legt man in eine Schüſſel und gibt die fertige Soße darüber.

Zodderklops. ½ Kilo Rindslende oder grob gehacktes billiges Fleiſch, 250 Gramm Butter oder gute Margarine, 5 Gramm Salz.

Die Rindslende wird mit flach liegendem Meſſer grob zerriſſen. Die Fleiſchſtücke (Fleiſchzoddern) werden in der heißen, aber nicht braunen Butter etwa 3 Minuten gedünſtet, wenn die Fleiſchſtückchen innen roſa bleiben ſollen; ſollen ſie vollkommen gar werden, läßt man ſie 5 Minuten dünſten.

Graue Erbſen mit Speck.

Die Erbſen werden verleſen, gewaſchen, eine Nacht eingeweicht, im Einweichwaſſer gar gekocht, geſalzen, auf ein Sieb zum Abtropfen geſchüttet und mit Speckſoße oder mit einer ſüß-ſauer abgeſchmeckten dunklen Grundſoße zu Tiſch gegeben.

Speckſoße. ¾ Liter Waſſer, Mehl, Sirup oder Zucker, 1 Zwiebel, 35 Gramm geräucherten Speck, Salz, Eſſig oder Zitrone.

Kartoffelklöße (Kartoffelkeilchen). 1½ Kilo rohe Kartoffeln, ½ Kilo gekochte Kartoffeln, 75 Gramm Weizenmehl, Salz, Salzwaſſer, Speck und Zwiebeln.

Die Kartoffeln werden in Waſſer gerieben, damit ſie zarter bleiben, dann recht trocken in einem Beutel abgedrückt, die gekochten Kartoffeln gerieben oder durchgemahlen zugegeben, ebenfalls Mehl und Salz. Von der Maſſe ſticht man mit einem Eßlöffel Klöße ab und kocht ſie in Salzwaſſer. — Man gibt dazu gebratene Speckſcheiben oder Speckwürfel und gedünſtete Zwiebeln.

Kartoffelwurſt.

1 Kilogramm Kartoffeln kochen, ſchälen, in Würfel ſchneiden, 1 Kilogramm Schweinefleiſch (½ Bauchſtück, ½ Schulter) dämpfen, in Würfel ſchneiden, mit Salz, Pfeffer, Zwiebeln, Majoran miſchen und in 1 Schweinemagen füllen, zunähen. Dieſer wird dann wie ein Schweinebraten behandelt, oft beſchöpft, braun und knuſperig gebraten. Zur Soße wird das Dämpfwaſſer verwendet, dieſe mit Kartoffel- und Weizenmehl bündig gemacht.

Schmandkartoffeln.

1 Kilo Pell- oder Salzkartoffeln in Scheiben geſchnitten, ¼ Liter Milch, ¼ Liter ſüße oder ſaure Sahne (Rahm) mit 1 Teelöffel Mehl verquirlt, 2 bis

3 Zwiebeln in kleine Würfel geſchnitten, werden miteinander aufgekocht, die in Scheiben geſchnittenen Kartoffeln dazugegeben, noch einmal alles zuſammen aufgekocht und die geſchmackgebenden Zutaten wie Salz, Paprika, fein gewiegte Kräuter hinzugefügt.

Geſchmorte Kohlrollen.

Die abgelöſten Blätter eines lockeren Weißkohlkopfes werden ſo lange gedämpft, bis ſie biegſam ſind; dann legt man je 2 große Blätter übereinander. Aus 500 Gramm Klopsfleiſch, 30 Gramm Stoßbrot, etwas Salz bereitet man eine Fleiſchfarce und legt etwa je einen Löffel voll auf die ausgebreiteten Kohlblätter. Dieſe werden aufgerollt, mit Faden umbunden, in 40 Gramm Butter angebräunt. Danach wird 1/16 Liter ſaure Sahne (Rahm) dazugegoſſen und eingebräunt, 3/8 Liter Kohlbrühe zugegeben. Die Rollen läßt man nun im geſchloſſenen Topf zirka 1 Stunde gar ſchmoren, gibt 15 Gramm Mehl, in 1/16 Liter ſaurer Sahne (Rahm) verrührt, hinzu, ſalzt die Soße, entfädelt die Rollen und richtet ſie in der Soße an.

Schmandſchinken.

500 Gramm Räucherſchinken 1 Stunde in Waſſer oder Milch legen, dann auf einem Durchſchlag abtropfen laſſen. 40 Gramm Butter auf der Pfanne bräunen, die Schinkenſcheiben ſchnell von beiden Seiten bräunen, herausnehmen. 1/16 Liter ſaure Sahne (Rahm) in die Pfanne gießen, bräunen laſſen, 1 Teelöffel Weizenmehl mit 1/16 Liter ſaurer Sahne (Rahm) verrühren, die Soße damit bündig machen, mit Salz würzen. Die Schinkenſcheiben werden in der Soße angerichtet.

Grieben-Kartoffeln.

Ausgebratene Schweine- oder Gänſegrieben, die vom ausgelaſſenen Schmalz zurückbleiben, werden nochmals gut gebraten, damit ſie recht knuſperig ſind, das abgeſonderte Fett wird in einen Tiegel getan (ſollte das Fett knapp ſein, tut man etwas Schmalz hinzu). Die vorher in kräftigem Salzwaſſer gekochten Kartoffeln gibt man, nachdem man ſie mit einem Holzlöffel gut zerdrückt hat, in das heiße Fett, gibt nach Bedarf kochendes Waſſer hinzu, ſchmeckt nochmals mit Salz ab (eventuell auch etwas Pfeffer), läßt es auf dem Feuer gut durchbrühen, es muß eine feuchte, dicke Maſſe ſein. Die heißgeſtellten Grieben und die heißgemachten Äpfel mit Grieben, die vom Schmalzausbraten zurückgeblieben ſind, werden auf die Kartoffeln gelegt. Saure Gurken, Rote Rüben, eingemachter Kürbis dazu gereicht.

Schmunzelſoße zu Kartoffeln.

125 Gramm geriebener Speck (man kann auch Grieben nehmen) wird ausgebraten, Zwiebeln nach Geſchmack; Speck und Zwiebeln herausgefiſcht, das Fett in eine Schmorpfanne geſtoßen, 4 Eßlöffel Weizenmehl hinzugetan, dunkel bräunen laſſen, ſo viel kochendes Waſſer hinzugeben (glatt rühren), daß es eine bündige, mehr dicke Soße gibt, mit Salz, etwas Pfeffer abſchmecken, durchkochen laſſen, dann Speck und Zwiebeln hineinlegen und mit Pell- oder Salzkartoffeln gereicht. Saure Gurken oder Rote Rüben dazu, gibt ein ſchmackhaftes Eſſen.

Schlunz- oder Schlichtmus (Mehlſuppe für 3 Perſonen).

1 Liter Waſſer kochend gemacht, 3 bis 4 ſchlichte Eßlöffel Weizenmehl in etwas kaltem Waſſer glattgerührt, in das ſiedende Waſſer gerührt, gar kochen laſſen.

Die Suppe muß gut bündig ſein, etwas Butter (1 Teelöffel) und Salz nach Geſchmack hinzugetan. Sehr nahrhaft und beſonders gut als Krankenkoſt geeignet.

Grüner Salat mit Sahnenſoße.

Grüner Salat wird verleſen, gewaſchen, zum Abtropfen auf einen Durchſchlag gelegt. Kurz vor dem Auftragen miſcht man ihn mit einer Sahnenſoße und richtet ihn locker an.

Sahnenſoße.

½ Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm) oder gequirlte ſaure Milch oder zum Teil Buttermilch, Saft einer Zitrone, 1 Eßlöffel Zucker, Salz. Nach Belieben etwas fein geſchnittenen Schnittlauch.

Gänſe-Schwarzſauer. 1 Gänſegekröſe (Gänſeklein), Waſſer, Zwiebeln, Gewürze, Majoran, 125 Gramm getrocknete Birnen, 125 Gramm getrocknete Äpfel, 125 Gramm getrocknete Pflaumen, Zitronen- oder Apfelſinenſchale, Zucker nach Geſchmack, ¼ Liter Gänſeblut, Mehl zum Anrühren, Zitronenſaft oder Eſſig, Salz.

Das Waſſer ſetzt man mit den Gewürzen auf und gibt, wenn es kocht, das Fleiſch hinein. Nach etwa 1 Stunde gibt man das am Tage vorher eingeweichte Backobſt zu. Iſt das Fleiſch gar, nimmt man es aus der Brühe. Das Blut wird mit dem Mehl angerührt, in die kochende Suppe gegoſſen und muß noch etwa 10 Minuten kochen. Das Gericht wird ſüß-ſäuerlich abgeſchmeckt. Das Backobſt kann auch in abgenommener Brühe extra gar gekocht werden und wird nachher in die Suppe gegeben. Das Fleiſch wird nach Belieben von den Knochen gelöſt und in die Suppe gegeben oder extra dazu gereicht. Das Gericht wird mit Mehl-, Grieß- oder Kartoffelklößchen zu Tiſch gegeben, als Suppe oder dick gekocht.

Gänſe-Weißſauer. 1½ bis 2 Kilo Schweine- oder Kalbsfüße, 4 Liter Waſſer, 40 Gramm Salz, 2½ Kilo Gänſe- oder Entenfleiſch, Peterſilienwurzeln, 1 kleine Sellerieknolle, 1 Mohrrübe, 2 Zwiebeln, 1 Lorbeerblatt, Gewürz- und Pfefferkörner, Eſſig oder Zitrone nach Geſchmack.

Die Schweine- oder Kalbsfüße werden mit kaltem Waſſer aufgeſetzt und 1 Stunde gekocht. Dann gibt man das Gänſefleiſch und das Salz dazu und, wenn das Fleiſch faſt weich iſt, Eſſig, Gewürze, Zwiebeln und das Suppengemüſe. Iſt das Fleiſch gut (nicht zu weich), ſchichtet man es in Formen, Gläſer oder Töpfe. Die Brühe gießt man durch ein feines Sieb oder Geleetuch (Flanelltuch), entfettet ſie, ſchmeckt ſie ab und gießt ſie über das Fleiſch. Soll die Brühe recht klar ſein, muß man ſie „mit Eiweiß klären".

Gänſeklein auf polniſche Art. Kopf, Hals, Magen, Herz, Flügel, Füße (abziehen), 1 Gewürzdoſis, Suppengemüſe, 1 Liter Waſſer, 60 Gramm Mehl, 40 Gramm Fett, 250 Gramm Äpfel.

Das Fleiſch wird in Stücke geſchnitten, mit kochendem Waſſer, Gewürzen und Suppengemüſe aufgeſetzt und gar gekocht. Aus der Brühe bereitet man eine braune Mehlſchwitze, gibt die Äpfel in Scheiben geſchnitten dazu und ſchmeckt die Soße mit Majoran, Zitrone oder Eſſig und Zucker ab. Nach Belieben kann man das Gericht durch Klößchen aus Schweinefleiſch oder Bratwürſtchen verlängern.

Gänſeleber, gedünſtet. 1 Gänſeleber, 1 Eßlöffel Gänſeſchmalz, Salz, 1 Priſe Paprika, Majoran, 1 Zwiebel, 1 Apfel, Waſſer.

Die Leber wird gewaſchen, gehäutet, gewürzt, in das kochende Schmalz gelegt, Majoran, Zwiebeln und Äpfel (beides in Scheiben geſchnitten) zugegeben, 8 bis 10 Minuten zugedeckt auf ſchwachem Feuer gedünſtet, dann gießt man wenig Waſſer zu und läßt ſie noch kurze Zeit dünſten. (Zu lange auf dem Feuer wird ſie hart.)

Gänſeleberwurſt. 1 Kilo Leber von 5 bis 6 Gänſen, ½ Kilo Schweinefleiſch, ½ Kilo friſchen Speck, 50 Gramm Gänſefett, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, Majoran, 1 Priſe Nelken, ⅛ Liter ſüße Sahne (ſüßer Rahm), 40 bis 50 Gramm Trüffeln, 2 bis 3 Teelöffel Rotwein, Fett nach Bedarf.

Die Leber legt man eine Nacht in Milch, wäſcht und häutet ſie, überbrüht ſie mit kochendem Waſſer und ſchneidet ſie in Stücke. — Schweinefleiſch und Speck werden in leichtem Salzwaſſer gar gekocht. Die Zwiebeln dünſtet man in dem Gänſefett weich. Dann gibt man Leber, Speck und Fleiſch mit den Zwiebeln dreimal durch die Fleiſchmaſchine. Will man die Maſſe ſehr fein haben, ſtreicht man ſie durch ein Sieb. Dann gibt man die feingehackten Trüffeln, die feinen Gewürze, die Sahne und ſo viel Gänſefett dazu, daß die Maſſe glänzend ausſieht. — Die Leberwurſtmaſſe füllt man in Weckgläſer und kocht ſie 1 bis 1½ Stunden bei 90 Grad. — Man kann ſie auch in den Gänſehals füllen, näht die Enden zu und kocht ſie (mehr ziehen laſſen) ½ Stunde in leichtem Salzwaſſer, legt ſie dann in kaltes Waſſer, das man ſo oft erneuert, bis die Wurſt ſteif und feſt iſt.

Gänſemagen als Brotaufſtrich.

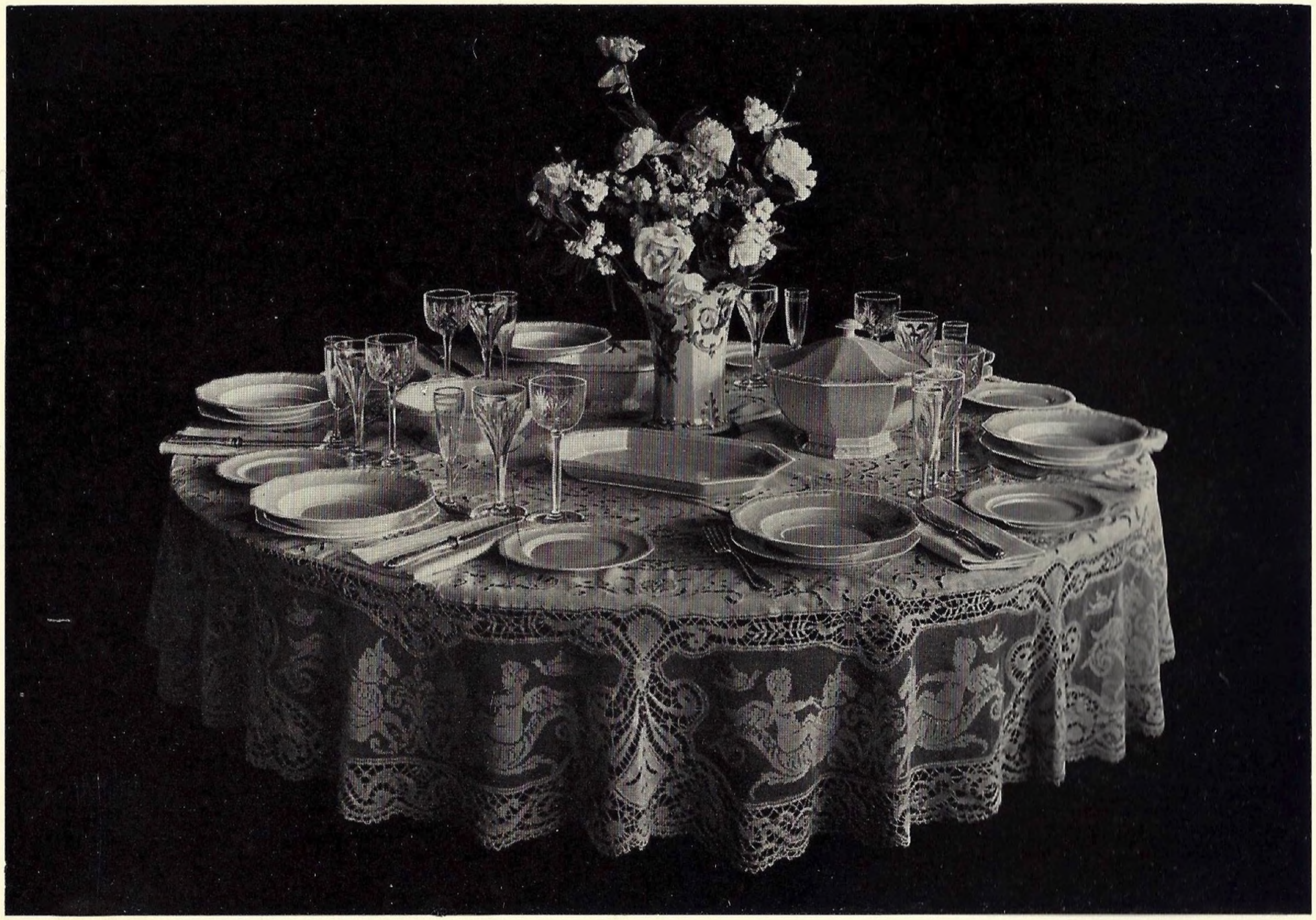
Die Magen werden einige Tage gepökelt, geräuchert, weich gekocht und erkaltet gerieben. Entweder auf Butterbrot geſtreut oder vorher mit der Butter gemiſcht und aufgeſtrichen.

Gänſefett auslaſſen.

Das Fett wäſſert man einige Stunden, läßt es abtropfen, ſchneidet es in kleine Würfel, dann wird es auf ſchwachem Feuer langſam ausgebraten (eiſernen Topf, nicht Emaille. Wenn das Schmalz in einem Löffel kleine Bläschen zeigt, gibt man einige Äpfel (ganze, dürfen nicht platzen, da ſonſt Fett trübe wird), Zwiebeln (ganze) und Majoran dazu. Wenn die Fettwürfel anfangen, leicht zu bräunen, wird das Fett durch ein Sieb gegoſſen und in ſauberen Gefäßen feſt verbunden. Man gibt nach Belieben einige Eßlöffel gutes Schweineſchmalz zu. Das Fett wird dadurch feſter.

Spickgans. 1 Gänſebruſt oder 2 Keulen, 2 Eßlöffel Salz, 1 Meſſerſpitze Zucker, 1 Meſſerſpitze Salpeter.

Die Bruſt wird ſorgfältig vom hohen Knochen gelöſt, entſehnt und zurechtgeſchnitten, mit der Miſchung von Salz, Zucker und Salpeter von innen und außen beſtreut und ſo lange eingerieben, bis das Salz eingezogen iſt. Dann wird die Bruſt zuſammengeklappt, in gute Form gebracht und überwendlich zuſammengenäht.



Gedeckter Speisetisch

Spickkeulen.

Die Keulen werden entknöchelt, entſehnt, wie die Bruſt geſalzen, zuſammengelegt (Fleiſchſeiten nach innen) und zuſammengenäht.

Pökeln. Pökellake: 2 Liter Waſſer, 250 Gramm Salz, 1 Meſſerſpitze Salpeter, 1 Eßlöffel Zucker.

Das Gefäß wird auf dem Boden mit Salz beſtreut, Spickbruſt und Keulen feſt aufeinander gepackt, Pökellake kalt übergoſſen. Das Fleiſch muß täglich beſchöpft werden. Es bleibt 5 bis 6 Tage darin liegen, wird dann kalt abgewaſchen, abgetrocknet, zwiſchen 2 Brettern gepreßt (8 bis 12 Stunden, Bretter beſchweren). Dann hängt man die Stücke auf und läßt ſie 1 bis 2 Tage an der Luft trocknen, näht ſie in Mull oder wickelt ſie in weißes Papier (dieſes muß oben offen bleiben, damit der Rauch durchziehen kann). Sie werden 6 bis 8 Tage nicht zu ſcharf geräuchert. Nach dem Räuchern werden ſie dann noch einmal gepreßt, ſie ſchneiden ſich dann beſſer auf.

Speckkuchen. 1 Kilo Mehl, ½ Liter Milch, 1 Teelöffel Salz, 38 Gramm Hefe, 1 Ei, 50 Gramm Butter. Auflage: ½ Kilo geräucherten Speck, ¼ Kilo Zwiebelwürfel, 1½ Eßlöffel Kümmel.

Den aufgegangenen Hefeteig rollt man auf ein Blech, gibt, nachdem der Teig nochmals gegangen iſt, den in feine Würfel geſchnittenen Speck, die Zwiebeln und den Kümmel darüber. — Nach Belieben übergießt man ihn noch mit ⅓ Liter ſaurer Sahne (ſaurer Rahm), mit 4 Eiern verklopft, und bäckt ihn goldgelb.

Sahnenhering mit Äpfel und Zwiebeln.

Die vorbereiteten Heringe werden in Portionsſtücke geſchnitten, nach Belieben entgrätet und in folgende Soße gelegt: Saure Sahne (ſaurer Rahm), reichlich in kleine Würfel geſchnittene Äpfel und Zwiebeln, Zucker, Pfeffer oder Paprika nach Geſchmack.

Gebratene und marinierte Strömlinge.

Friſche Strömlinge werden geſchuppt. Die Köpfe ſchneidet man ab und zieht aus der entſtandenen Öffnung die Eingeweide heraus. Dann ſalzt man die Strömlinge, läßt ſie ½ Stunde ſtehen, wälzt ſie in Mehl und bratet ſie in Butter und Palmin. — Man ſtellt eine Marinade her aus Eſſig, Waſſer, Salz, Gewürzkörnern, Lorbeerblatt und einer in Scheiben geſchnittenen Zwiebel, kocht die Miſchung einmal auf und gießt ſie kalt über die ebenfalls erkalteten Fiſche. Nach 2 Tagen ſind die Strömlinge gebrauchsfertig.

Eingelegte Maränen.

Die vorbereiteten Maränen werden gebraten und müſſen erkalten. Man bereitet eine Marinade aus Waſſer, Sulz, Gewürz, Lorbeerblatt und Zitrone, kocht alles zuſammen einmal auf und legt nach dem Erkalten die Fiſche hinein. Nach 2 Tagen ſind ſie gut.

Dorſch mit Peterſilienſoße. 1 Kilo Dorſch, Salz, 20 Gramm Suppengemüſe, 1 kleine Zwiebel, 40 Gramm Fett, 1 Meſſerſpitze Zwiebeln, 40 Gramm Mehl, ½ Liter Fiſchbrühe, Zitrone, Salz, grüne Peterſilie.

Der Dorſch wird geſchuppt, ausgenommen, in Stücke geſchnitten, auf einen Dampfeinſatz gelegt und gar gedämpft. (In das Dämpfwaſſer gibt man Zwiebeln und Suppengemüſe.) Die Fiſchreſte ſetzt man mit dem Suppengemüſe an, läßt ſie gründlich auskochen und nimmt die Brühe zum Auffüllen der hellen Mehlſchwitze. Iſt die Brühe fertig, ſchwitzt man Fett, Zwiebeln, Mehl gut durch, füllt mit der Brühe auf und läßt die Soße gar werden und ſchmeckt mit Zitrone und Salz ab und gibt zum Schluß gehackte grüne Peterſilie dazu, richtet den Fiſch in der Schüſſel an und gibt die Peterſilienſoße darüber.

Schodderſtroh.

Schweinefleiſchwürfel, Kartoffelſcheiben (roh), gehobelter Weißkohl werden ſchichtweiſe in einen eiſernen Topf geſchichtet und zwiſchen jede Schicht Zwiebelwürfel und Salz gegeben. Darüber wird etwas ſaure Sahne (ſaurer Rahm) gegoſſen und das Ganze, ohne Umrühren, gar gekocht. (Wenn möglich auf Sparflamme!)

Klunkermus.

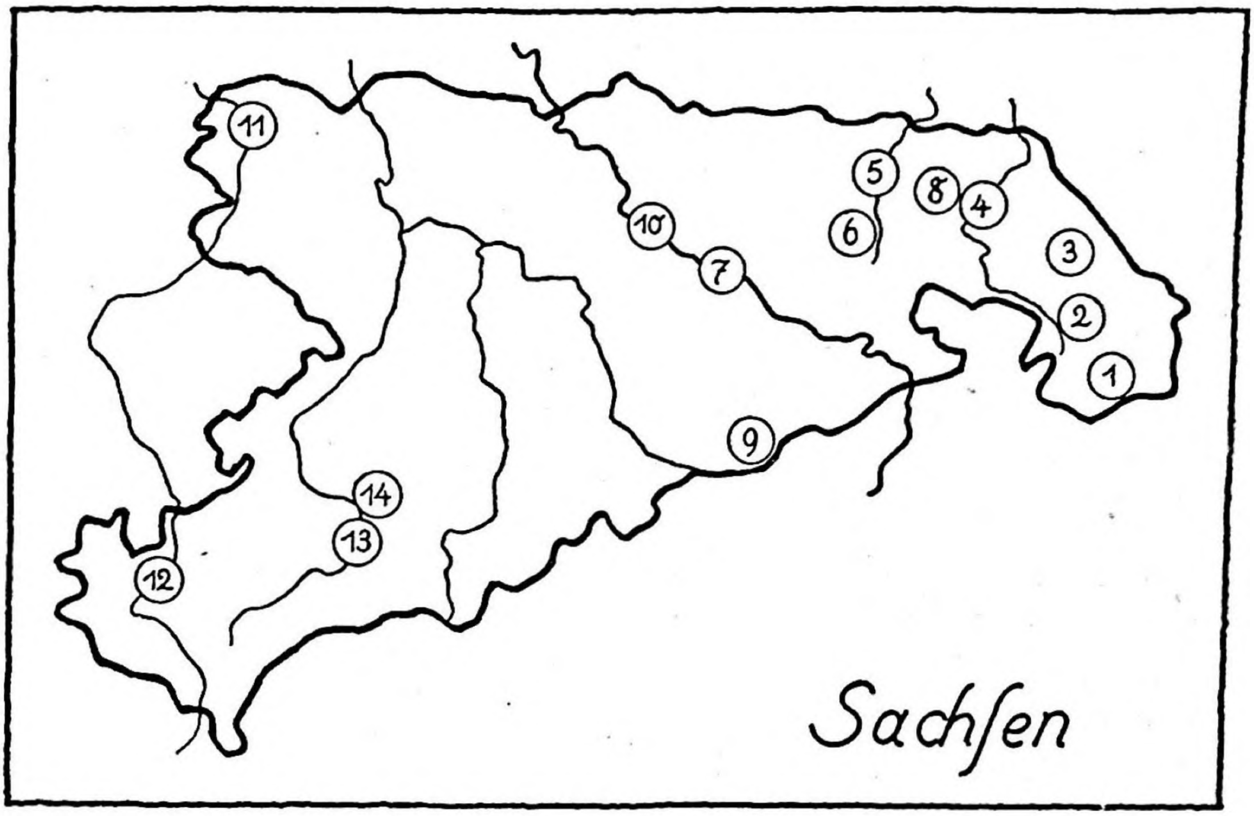
1 Liter Milch wird mit 1 Priſe Salz aufgekocht, 85 Gramm Mehl mit ganz wenig Milch krümelig gerührt, in die kochende Milch gegeben und gar gekocht.

Geräucherte Maränen mit Rührei.

In die angerührten Eier werden ausgelöſte, entgrätete Maränenſtückchen gegeben und das Ganze dann, wie Rührei, auf der Pfanne zubereitet.

Stinte in Eſſig und Speck zu Pellkartoffeln.

Stinte werden mit Kümmel und Zwiebeln abgekocht, abgegoſſen. (Man verwendet die Fiſchbrühe zu Suppe.) Dann bereitet man eine ſaure Marinade und läßt die Fiſche darin ſtehen. Vor dem Anrichten werden reichlich gebratene, geräucherte Speckwürfel darüber gegoſſen.



Sächſiſche Gerichte:

① **Zittau**
Kartoffelklöße von gekochten Kartoffeln

② **Herrnhut**
Bretzeln

③ **Löbau**
Grützwurſt

④ **Bautzen**
Kartoffelkuchen

⑤ **Kamenz**
Hefeplinſen, Quarkkeulchen

⑥ **Pulsnitz**
Pfefferkuchen

⑦ **Dresden**
Dreierbrodeln, Criſtſtollen, Eierſchecke, Baumkuchen, Apfelſtrudel, Quarkauflauf, Bäbe (auch in Leipzig)

⑧ **Wendei**
Wendiſche Speckfladen

⑨ **Lauenſtein**
Erzgebirgiſche Dampfnudeln, Hirſebrei, Buttermilchgötzen

⑩ **Meißen**
Fummel

⑪ **Leipzig**
Kartoffelgötzen, Allerlei, Lerchen, Speckkuchen, Hefeklöße, Wiegebraten, Punſchauflauf

⑫ **Plauen**
Vogtländiſche Klöße (rohe Kartoffelklöße)

⑬ **Aue**
Linſen mit Backpflaumen

⑭ **Lößnitz**
Kartoffelſchnee u. Birnen

Dresden

Vorſtehende Karte von Sachſen bringt eine anſchauliche Überſicht all der guten Dinge, die in dieſem gemütlichen Ländchen hergeſtellt werden und zeigt zugleich denjenigen, die Sachſen nicht eingehend kennen, die Orte, in denen man ſie mit beſonderer Vorliebe und Meiſterſchaft zubereitet.

Jeder Beſucher der verſchiedenen Landesteile hält mit Stolz an den heimiſchen Spezialitäten feſt, von denen hier eine Zuſammenſtellung einiger typiſcher Rezepte folgt. Beſonders bemerkenswert iſt die Art, in der manche ſächſiſche Mittagsgerichte zubereitet werden: Die Hausfrau fügt nämlich verſchiedenen Soßen gern Roſinen zu, ſie liebt auch, ſüßſaure Gerichte auf den Tiſch zu bringen, wie Linſen mit Backpflaumen und mit viel Zucker angerichtete Salate uſw.

An Fleiſchſpeiſen werden „Falſcher Haſe“ (geſpickter Wiegebraten) und Gerichte aus Leber ſowie Ragouts beſonders geſchätzt. Überall bekannt iſt auch die Vorliebe der Sachſen für alle Arten von Klößen. Daß beſonders der Sachſe ſich ſeinen Kaffee nicht nehmen läßt, beweiſt wohl ſchon der Spitzname „Kaffeeſachſe“. Zum „Schälchen Heeßen“ verzehrt er wohlſchmeckende Gebäckſpezialitäten, wie Eierſchnecke, Apfelſtrudel, Bäbe, Leipziger Lerche, Quarkkeulchen, Hefeplinſen, Dampfnudeln und wie ſie ſonſt alle heißen mögen.

Weit über die Landesgrenzen hinaus erſtreckt ſich der Verſand der duftenden Stollen. Den heimattreuen Sachſen folgen ſie nach übers Meer und geben ſeinem Weihnachtsfeſt heimatlichen Charakter.

Wir hoffen, daß all die Rezepte aus dem gemütlichen Sachſenlande, die aus der Hausbeamtinnenſchule Dr. Katharina Spinner in Dresden-Weißer Hirſch hervorgegangen ſind, auch in anderen Landesteilen Deutſchlands Beifall finden mögen.

32 ſelbſt ausprobierte Rezepte aus verſchiedenen Teilen Sachſens.

Sächſiſcher Wiegebraten, „Falſcher Haſe“. 200 Gramm gewiegtes Schweinefleiſch, 200 Gramm gewiegtes Rindfleiſch, 125 Gramm gewiegtes Kalbfleiſch, 50 Gramm geriebene Semmeln, 2 Eier, Salz, Pfeffer, etwas geriebene Zitronenſchale, 1 kleine geriebene Zwiebel, 1 Teelöffel gewiegte Kapern, 2 gewäſſerte, entgrätete, gewiegte Sardellen. $^1/_8$ Liter Sahne zum Zugießen.

Man vermengt das Gewiegte mit der geriebenen Semmel, den verquirlten Eiern und den Geſchmacksſtoffen, formt die Maſſe auf einem mit Waſſer befeuchteten Brett zu einem länglichen Braten, den man wie einen Haſenrücken in 2 bis 3 Längsreihen ſpickt. Der Raum zwiſchen den Speckſtreifen wird mit dem Meſſerrücken etwas eingekerbt, um die Rippen des Haſenrückens zu markieren.

Der Braten wird in dampfende Butter gelegt und auf allen Seiten angebräunt. Darnach gießt man kochendes Waſſer zu und läßt den „falſchen Haſen“ ½ Stunde braten, während man ihn öfters mit ſaurer Sahne begießt. Die ſehr wohlſchmeckende Soße wird zuletzt mit etwas Kartoffelmehl angedickt.

Sächſiſches Eintopfgericht. 75 Gramm Rindfleiſch, Waſſer, Salz, Wurzelwerk. Zur Einlage: 250 Gramm Möhren, 250 Gramm Welſchkraut, 1 Stück Blumenkohl, Waſſer, Salz, einige getrocknete Pilze, 125 Gramm von den dünnſten Fadennudeln, Waſſer, Salz. Zu den Grießklößchen: ¼ Liter Milch, ½ Teelöffel Salz, 25 Gramm Butter, 120 Gramm Grieß, 1 Ei, Peterſilie.

Man ſtellt zunächſt eine wohlſchmeckende Fleiſchbrühe her und gibt die vorbereiteten Einlagen wie folgt hinzu:

Die Möhren werden gewaſchen, geputzt, abgeſpült und in Stifte geſchnitten. Das Welſchkraut wird geputzt, in zwei Finger breite Streifen geſchnitten und überſpült. Den Blumenkohl legt man einige Minuten in Salzwaſſer, putzt ihn und zerpflückt ihn zu Röschen. Die getrockneten Pilze werden gewaſchen und 1 Stunde eingeweicht. Die Fadennudeln werden gebrochen, in Salzwaſſer gegeben und 10 Minuten abgekocht.

Für die Grießklößchen ſtellt man aus Milch, Salz, Butter und Grieß einen Abbrennteig her, indem man Milch mit Butter und Salz zum Kochen bringt, den Grieß einſtreut und 10 Minuten unter Rühren einen Teig abbrennt, der ſich vom Topfe löſen muß. Man läßt den Kloß einige Minuten abkühlen, gibt dann die Eier hinzu und formt kleine Klößchen.

In der durchgegoſſenen, gut abgeſchmeckten Fleiſchbrühe werden zuerſt die Möhren, das Kraut und die Pilze (mit dem Einweichwaſſer) ½ Stunde gekocht. Man gibt alsdann die Grießklöße zum Gericht, läßt ſie 5 Minuten kochen und 8 bis 10 Minuten ziehen, bis ſie hochſteigen, ferner fügt man die abgegoſſenen Fadennudeln hinzu, das in Würfel geſchnittene Rindfleiſch und läßt das Gericht nochmals aufkochen. Zuletzt ſchmeckt man mit etwas Peterſilie ab.

Warmbier in Taſſen. (Ein bekanntes ſächſiſches Abendbrotgetränk, für Wintertage ſehr geeignet.) ½ Liter helles Bier, ½ Liter Milch, 1 Priſe Salz, 1 Priſe Zimt, 1 Priſe gemahlene Nelken, 1 Priſe geſtoßenen Ingwer, 3 Eßlöffel Zucker, 3 Eßlöffel Mehl, 2 Eier.

Man bringt Bier mit den Geſchmacksſtoffen zum Kochen, verquirlt Mehl mit kalter Milch und gibt die Flüſſigkeit unter dauerndem Rühren zum kochenden Bier. Das Getränk muß zirka 20 Minuten durchquellen, wird vorſichtig heiß mit 2 Eiern abgezogen und ſorgfältig abgeſchmeckt. Dazu werden Butterſchnitten gereicht.

Leipziger Allerlei. (Als Gemüſe zu Braten.) ¼ Kilo Spargel, Waſſer, Salz. ¼ Kilo Karotten, Fleiſchbrühe. ¼ Kilo Schotenkerne, 25 Gramm Butter, etwas Fleiſchbrühe zum Auffüllen. 1 großer Kohlrabi, 25 Gramm Butter, etwas heiße Milch zum Auffüllen, Salz. ½ kleiner Blumenkohl, Waſſer, Salz. Einige Morcheln, 15 Gramm Butter, Salz, Waſſer. 40 Gramm zerlaſſene Butter, 2 Eigelb, Salz, etwas Muskatnuß.

Die verſchiedenen Gemüſearten werden einzeln nach Vorſchrift zubereitet und dann zuſammengegeben.

Man ſchält den Spargel, ſchneidet ihn in fingergliedlange Stücke, ſpült ihn ab und kocht ihn ½ Stunde in Salzwaſſer. — Die Karotten werden geputzt, gewaſchen, in Streifen geſchnitten und in Fleiſchbrühe gar gekocht. — Für die grünen Erbſen läßt man Butter dampfend werden, gibt die abgeſpülten Erbſen hinein und ſchwenkt ſie unter Hinzunahme von etwas Fleiſchbrühe. (Kochzeit ¾ Stunden). Kohlrabi wird abgezogen, in Stifte geſchnitten und in Butter angedünſtet. Man fügt noch etwas heiße Milch und Salz hinzu. — Der Blumenkohl wird 10 Minuten in kaltes Salzwaſſer gelegt, geputzt, in Röschen zerpflückt und in wallendem Salzwaſſer gargekocht. — Verwendet man friſche Morcheln, ſo werden ſie wiederholt in kaltem Waſſer gewaſchen und in Butter unter Hinzugabe von etwas Waſſer und Salz gedämpft. Getrocknete Morcheln werden 1 Stunde in Milch gelegt, gut gewaſchen und wie die friſchen Morcheln angedünſtet. Kurz vor dem Servieren vermengt man alle Gemüſearten, gibt zerlaſſene Butter hinzu, legiert das Gericht mit 2 Eigelb und ſchmeckt mit Salz und etwas Muskatnuß ab.

Hirſebrei. 250 Gramm Hirſe, 1 Liter Milch, 50 Gramm Zucker, etwas Zimt, ¼ abgeriebene Zitrone, 1 Priſe Salz, 1 Eiweiß.

Die Hirſe wird verleſen, zweimal mit kochendem Waſſer abgequirlt und in Milch unter Hinzugabe von Zucker, Zimt, Zitronenſchale und Salz langſam zu einem Brei gekocht, den man zuletzt mit Eiſchnee vermengt. Man kann den Hirſebrei auch als Mittagsgericht ohne Zucker, Zimt und Zitronenſchale herſtellen. In dieſem Falle nimmt man zum Ausquellen der Hirſe nur Waſſer und würzt mit Salz und geriebener Zwiebel. Dieſe Zubereitungsart des Hirſebreies iſt in Lauenſtein im Erzgebirge üblich.

Linſen mit Backpflaumen. (Aue im Erzgebirge.) 500 Gramm Linſen, 2 Liter Fleiſchbrühe, 160 Gramm Speck, 50 Gramm Mehl. 250 Gramm Backpflaumen, Waſſer, Zucker nach Geſchmack, Zitronenſchale, Salz und etwas Eſſig zum Abſchmecken.

Die Linſen werden verleſen, zweimal kalt abgequirlt, mit ſo viel kaltem Waſſer aufgeſetzt, daß das Waſſer zwei Finger breit über den Linſen ſteht.

Sobald das Trockengemüſe zum Kochen gekommen iſt und alles Waſſer aufgeſaugt hat, fügt man nach und nach die fertige, durchgegoſſene Fleiſchbrühe, in Würfel geſchnittenen Speck hinzu und gibt, nachdem die Linſen gar ſind (nach 2 Stunden) in kaltem Waſſer angerührtes Mehl daran.

Die Backpflaumen werden lauwarm gewaſchen, mit kaltem Waſſer, Zucker, 1 kleinen Stück Zitronenſchale angeſetzt und 35 Minuten gekocht. ½ Stunde vor der Mahlzeit gibt man die Backpflaumen zum Gericht, läßt alles zuſammen durchkochen und ſchmeckt mit Eſſig und Salz ab.

Kartoffelſchnee und Birnen. (Einfaches Lößnitzer Mittagsgericht.) 1½ Kilo Kartoffeln, Salz, 1 Kilo ſaftige Kochbirnen, Zucker nach Geſchmack, einige Nelken, Waſſer, 70 Gramm braune Butter.

Man bereitet zuerſt das Birnenkompott zu, indem man die gewaſchenen, geſchälten, in vier Teile geſchnittenen Birnen mit ſehr wenig kochendem Waſſer und angegebenen Geſchmackszutaten weichkocht.

Dann werden die Kartoffeln gewaſchen, geſchält, im Dämpfer unter Hinzugabe von Salz recht mehlig gekocht und heiß durch die Preſſe gedrückt, ſo daß die Kartoffeln ganz locker bleiben.

Zur Fertigſtellung des Gerichtes gibt man den Kartoffelſchnee, der ſofort nach dem Durchdrücken aufgetragen werden muß, bergartig, aber ganz locker, in eine Schüſſel, gießt braune Butter darüber und ſchichtet um den Kartoffelberg einen Teil des Birnenkompotts.

Leipzig

Apfelpfanne. 6 bis 8 altbackene Semmeln, Waſſer, 40 Gramm Butter, 1 bis 2 Eier, 4 Eßlöffel Milch, 40 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz, Zimt, 750 Gramm Äpfel, 40 Gramm Zucker, 25 Gramm Butter, 10 Gramm geriebene Semmeln.

Die Semmeln werden eingeweicht und ausgedrückt. Die Butter wird ſchaumig gerührt, Ei und Milch verquirlt, zu der Butter und den ausgedrückten Semmeln gegeben und gut vermiſcht. Eine Pfanne oder Auflaufform wird mit Butter ausgeſtrichen und mit geriebener Semmel ausgeſtreut. Die Hälfte des Teiges wird in die Pfanne gegeben, darauf die in Scheiben oder Sechzehntel geſchnittenen, eingezuckerten Äpfel und darauf den Teigreſt. Obenauf werden Butterflöckchen und etwas geriebene Semmeln verteilt. Die Pfanne muß bei guter Hitze 1 bis 1½ Stunden in der Röhre backen. Anſtatt Äpfel laſſen ſich zur Obſtpfanne auch Pflaumen oder Kirſchen verwenden.

Sächſiſcher Windbeutel. 250 Gramm Mehl, ⅜ Liter Milch, 2 bis 3 Eier, 1 Eßlöffel Zucker, ¼ Päckchen Backpulver, 65 Gramm Butter.

Aus den Zutaten wird ein Eierkuchenteig hergeſtellt. Die Windbeutelform wird mit Butter ſehr gut ausgeſtrichen und jedes Näpfchen der Form (8 bis 10 Stück) zur Hälfte mit Teig gefüllt. Die Windbeutel müſſen langſam, etwa 1 Stunde bei mäßiger Hitze ganz trocken backen. Die Windbeutel werden mit Zucker beſtreut und mit Creme oder Schlagſahne gefüllt. Man gibt ſie auch mit Obſt oder Weinſchaum zu Tiſch.

Dresdener Mehlſpeiſe. ¼ Liter Milch, 80 Gramm Mehl, 30 Gramm Butter, 1 Priſe Salz, — 65 Gramm Butter, 80 Gramm Zucker, Schale ½ Zitrone, 1 ganzes Ei, 3 Eigelb, 3 Äpfel, 50 Gramm Makronen, 3 Eiſchnee.

Aus Milch, Mehl, Butter und Salz kocht man unter beſtändigem Umrühren einen Brei, läßt ihn erkalten und rührt 65 Gramm Butter ſchaumig, fügt nach und nach 80 Gramm Zucker, Zitronenſchale, 1 Ei, 3 Eigelb, 3 geſchälte, würfelig geſchnittene Äpfel und 50 Gramm geſtoßene Makronen oder würfelig geſchnittenes Biskuit, den gekochten Brei und den ſteifen Eiſchnee dazu. Man kocht die Maſſe 1 bis 1¼ Stunden in einer gut ausgebutterten Form im Waſſerbad und gibt die Speiſe mit Weinſchaum zu Tiſch.

Sächſiſche Stolle. 5 Kilo Mehl, 1¼ Kilo Schmelzbutter, 2½ bis 3 Liter Milch, 1¼ Kilo Zucker, 20 Gramm Salz, 300 Gramm Hefe, 1 Kilo Sultaninen, 1 Glas Rum, ¼ Kilo klein geſchnittenen Zitronat, ½ Kilo ſüße Mandeln, 65 Gramm bittere Mandeln, geriebene Schale von 2 Zitronen, 2 bis 4 Eier nach Bedarf, ¼ Kilo Butter zum Beſtreichen, ¼ Kilo Puderzucker und 2 Päckchen Vanillin.

Man ſtellt mit 1 Liter Milch das übliche Hefeſtück her, das 1 bis 2 Stunden zum Aufgehen braucht. Danach werden Butter, Zucker, Salz und die übrige Milch dazugetan und der Teig wird geknetet, bis er ſich von der Hand und Schüſſel ablöſt. Dann knetet man Sultaninen, Mandeln, Zitronat und Zitronenſchale darunter und teilt die Maſſe in 3 bis 5 Stücke. Dieſe werden zu Stollen geformt und müſſen in der Wärme aufgehen. Nach dem Backen werden ſie mit zerlaſſener Butter beſtrichen und mit Puderzucker beſtreut. Zu Mandelſtollen nimmt man mehr Mandeln und läßt die Sultaninen weg.

Sächſiſche Oſterfladen. (Hefen- oder Blätterteig.) 1 Kilo trockener Quark, 6 Eidotter, 1 Taſſe ſüße Sahne, 125 Gramm Korinthen, 150 Gramm zerlaſſene Butter, 125 Gramm Zucker, 125 Gramm gehackte ſüße Mandeln, geriebene Schale, ½ Zitrone, 1 Eßlöffel Rum.

Der Teig wird viereckig ausgerollt, mit einem etwa 3 Zentimeter hohen Rand verſehen und mit der Quarkmaſſe und dieſe wieder mit Eigelb beſtrichen. Der Kuchen wird bei mittlerer Hitze gebacken und noch heiß mit Puderzucker beſiebt.

Reformationsbrötchen. 250 Gramm Mehl, 15 Gramm Hefe, 65 Gramm Zucker, ⅛ Liter Milch, 65 Gramm Butter, 1 Ei, 1 Priſe Salz, etwas geriebene Zitronenſchale, 25 Gramm ſüße Mandeln, 50 Gramm Korinthen, 1 Eigelb, weißer Zuckerguß.

Nachdem das Hefeſtück gut aufgegangen iſt, wird der Teig fertig gemacht. Man formt daraus Brötchen, die man ſo einſchneidet, daß ſie die Form eines Kreuzes mit runden Ecken darſtellen. Vor dem Backen auf eingefettetem Blech beſtreicht man ſie mit Eigelb, und nach dem Backen eventuell mit Zuckerguß.

Leipziger Prophetenkuchen. 3 Eier, 40 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Rum, 250 Gr. Mehl.

Der herzuſtellende Teig gleicht dem Nudelteig. Man rollt ihn zu tellergroßen, runden Kuchen dünn aus und gibt ſie auf ein mit Mehl beſtäubtes Blech. Die Prophetenkuchen werden mit Salz beſtreut und vor dem Einſchieben in den heißen Ofen mit kaltem Waſſer beſtrichen. Durch das Beſtreichen mit kaltem Waſſer werfen die Prophetenkuchen beim Backen nach Auflaufart Blaſen.

Sächſiſcher Streuſelkuchen. (Hefeteig wie zu jedem Blechkuchen von 250 Gramm Mehl), 125 Gramm heiße Butter, 200 Gramm Mehl, 100 Gramm Zucker, 1 Priſe Zimt.

Die trockenen Zutaten werden vermiſcht und die heiße Butter wird nach und nach dazu gegoſſen, damit ſich kleine Klümpchen bilden. Der ausgerollte, aufgegangene Teig wird mit den Streuſeln belegt, mit etwas zerlaſſener Butter beſpritzt und bei guter Hitze gebacken.

Herrnhuter Mehlſpeiſe. ½ Liter Sahne (Rahm), 50 Gramm Zucker, 30 Gramm Butter, 1 Stück Zimt, geſtoßener Zwieback, 3 Eigelb, etwas Salz, 3 Eiſchnee, Butter zur Form.

Man bringt Sahne, Zucker, Butter und Zimt zum Kochen und rührt ſo viel geſtoßenen Zwieback hinein, daß ein dicker Brei entſteht, der ſo lange auf dem Feuer gerührt wird, bis er ſich vom Topfe ablöſt. Dann läßt man ihn auskühlen, vermiſcht ihn mit 3 Eigelben, etwas Salz und den 3 Eiſchnee. Die Speiſe wird in einer gebutterten Form 1 Stunde gebacken und ſofort zu Tiſch gegeben.

Eierſchecke (Hefekuchen). Hefeteig wie zu jedem Blechkuchen. 10 Eidotter, 300 Gr. Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 250 Gramm Butter, gehackte Mandeln, Sultaninen oder Korinthen nach Bedarf.

Der gut aufgegangene, ausgerollte Hefeteig wird mit der Eiermaſſe beſtrichen, mit ſüßen Mandeln und Roſinen beſtreut. Man läßt den Kuchen hellbraun backen.

Sächſiſcher Kartoffelkuchen. 1¼ Kilo Kartoffeln, ½ Kilo Mehl, 125 Gramm Butter, 1 bis 2 Eier nach Belieben, 50 Gramm Hefe, ¼ Liter Milch, 1 Priſe Salz, 125 Gramm Zucker, etwas Zimt.

Zu dem wie üblich herzuſtellenden Hefeteig gibt man noch die erkalteten geriebenen Kartoffeln. Der Teig wird dann ausgerollt und kurz vor dem Backen mit Butter beſtrichen und mit Zucker und Zimt beſtreut. Der Kuchen bäckt auf dem Blech bei mäßiger Hitze etwa ½ Stunde.

Sächſiſche Quarkkeulen. ½ Kilo Quark, 60 bis 80 Gramm Mehl, 375 Gramm gekochte Kartoffeln, 5 Gramm Salz, 50 Gramm Zucker, 2 Eßlöffel Korinthen, etwas abgeriebene Zitronenſchale, 1 Ei, Backfett, Zucker und Zimt zum Beſtreuen.

Der nicht zu feuchte Quark wird mit den anderen Zutaten gemiſcht. Dann werden von der Maſſe 8 bis 10 längliche, flachgedrückte Klöße geformt, die im Tiegel in dampfendem Fett auf beiden Seiten ſchön braun gebacken werden. Die Quarkkeulchen richtet man warm mit Zucker und Zimt an und reicht Kompott dazu.

Sächſiſcher Klops. 200 Gramm gehacktes Rindfleiſch, 200 Gramm gehacktes Kalbfleiſch, 200 Gramm gehacktes Schweinefleiſch, 50 Gramm zerlaſſene Butter, 2 Eier, 70 bis 80 Gramm geriebene Semmeln, etwas Salz, Pfeffer, 1 Zwiebel, eventuell fein gewiegte Sardellen, 100 Gramm Butter.

Die gut vermiſchte Maſſe wird zu einem großen, länglichen Kloß oder auch zu mehreren Klößen geformt und mit geriebener Semmel beſtreut. Die Klopſe ſind in heißer Butter auf beiden Seiten hellbraun zu braten und unter Zugabe von etwas kochendem Waſſer und ſaurer Sahne (ſaurer Rahm) gar zu machen.

Schweinsknochen oder Eisbein mit Sauerkraut und Erbsmus. 1 Kilo Schweinsknochen (gepökelte Beine, Füße, Ohren, Schnauze) oder ¾ Kilo Pökelrippchen, 1 Zwiebel, 2½ Liter Waſſer, 625 Gramm Sauerkraut, 60 Gramm Schweinefett, ½ Liter Pökelbrühe, 1 rohe, geriebene Kartoffel, Salz nach Geſchmack, etwas Kümmel, ⅛ Liter Weißwein nach Belieben, 375 Gramm gelbe Erbſen, ½ Liter Waſſer, ½ Liter Pökelbrühe, 20 Gramm Fett, 15 Gramm Mehl, Salz und Pfeffer nach Geſchmack.

Scharf gepökelte Schweinsknochen ſind einige Zeit zu wäſſern. Dann ſetzt man ſie mit kaltem Waſſer und der Zwiebel auf und läßt ſie 1 bis 2 Stunden kochen. — Fett und Brühe läßt man zum Kochen kommen und gibt das Sauerkraut dazu, welches etwa 2 Stunden kochen muß. Nach Bedarf wird Brühe zugegeben. Kurz vor dem Anrichten reibt man eine rohe Kartoffel darunter und ſchmeckt das Kraut mit Salz, Kümmel und eventuell etwas Weißwein ab. — Die in kaltem Waſſer eingeweichten Erbſen werden unter Zugabe von Pökelbrühe zum Kochen gebracht.

Nachdem ſie weichgekocht ſind (2 bis 2½ Stunden), ſtreicht man ſie durch ein Haarſieb und bindet dann das Mus mit einer Mehlſchwitze und ſchmeckt mit Salz und Pfeffer ab.

Schweinsknochen mit Meerrettichſoße und gekochten Kartoffelklößen. 1 Kilo gepökelte Schweinsknochen, 1 Zwiebel, 2 bis 2½ Liter Waſſer, 30 Gramm Butter, 1 kleine Zwiebel, 30 Gramm Mehl, ½ Liter Pökelbrühe, 1 Stück Meerrettich (etwa ¼ bis ⅓ Stange), ⅛ Liter Milch, Salz nach Geſchmack, gekochte Kartoffelklöße.

Schweinsknochen ſind einige Zeit zu wäſſern. Dann ſetzt man ſie mit kaltem Waſſer und 1 Zwiebel auf und läßt ſie 1 bis 2 Stunden kochen. — Aus Butter, Zwiebel, Mehl und Brühe bereitet man eine helle Grundſoße. Den geſchälten, geriebenen Meerrettich läßt man in der Milch an der Seite des Herdes ziehen und gibt ihn kurz vor dem Anrichten zu der Soße. Zum Binden der Soße kann man auch anſtatt Mehl geriebene Semmel verwenden.

Kartoffelſtückchen mit Rindfleiſch. ½ Kilo Rindfleiſch, 15 Gramm Salz, 1 Zwiebel, Wurzelwerk, 1½ bis 2 Liter Waſſer, 1 Kilo Kartoffeln, Kümmel, Peterſilie oder Selleriekraut.

Die Kartoffeln werden geſchält, in Stückchen geſchnitten und ½ Stunde vor dem Weichwerden des Fleiſches in den Fleiſchtopf gegeben. Man ſchmeckt die Kartoffelſtückchen gern mit Kümmel, gewiegter Peterſilie oder Selleriekraut ab.

Saure Kartoffelſtückchen. 1 Kilo Kartoffeln, 40 Gramm Speck, 1 Zwiebel, 30 Gramm Mehl, ¾ Liter Bratenbrühe (beſſer geeignet: Kalbsbrühe), 1 bis 2 Eßlöffel Eſſig, Salz, 1 Priſe Pfeffer, 1 ſaure Gurke, 1 Priſe Zucker.

Die Kartoffeln werden in der Schale gekocht und dann in Scheiben geſchnitten. Aus Speck, Zwiebeln, Mehl, Brühe und den Gewürzen wird eine dunkle Grundſoße hergeſtellt, in der dann Kartoffeln und die in Scheiben geſchnittene Gurke durchziehen müſſen. Als Beilage eignen ſich Bratenreſte, kleine Bratſtückchen, gebratene Fleiſch- und auch Fiſchklößchen.

Buttermilchgötzen. 2 Kilo große Kartoffeln, ¾ bis 1 Liter Buttermilch, 15 Gr. Salz, Öl oder Backfett.

Die Kartoffeln werden in Waſſer gerieben, in einem Tuch feſt ausgedrückt und mit Buttermilch und Salz gemiſcht. Die Buttermilchgötzen werden wie Eierkuchen gebacken.

Buttermilchplinſen. 250 Gramm Weizenmehl, ½ Liter Buttermilch, 2 Eigelb, 5 Gramm Salz, 2 Eiſchnee, 80 bis 100 Gramm Butter.

Aus den Zutaten wird ein Eierkuchenteig hergeſtellt, von dem man 4 bis 5 Kuchen im Tiegel bäckt. Man gibt die Buttermilchplinſen, mit Zucker und Zimt beſtreut, zu geſchmortem Obſt oder auch zu grünem Salat.

Linſen mit Backpflaumen. ½ Kilo Linſen, 1½ Liter Waſſer, 125 Gramm Backpflaumen, ½ Liter Waſſer, 30 Gramm Speck, 30 Gramm Mehl, 10 Gramm Zucker, etwas Eſſig nach Belieben.

Die verleſenen eingeweichten Linſen werden zum Kochen gebracht. Kochzeit etwa

2 Stunden. Die eingeweichten Backpflaumen läßt man 1 Stunde mit den Linſen mitkochen. Die Linſen werden mit einer dunklen Mehlſchwitze gebunden und mit Zucker und Eſſig abgeſchmeckt.

Sächſiſche gekochte Kartoffelklöße. 1 Kilogramm gekochte Kartoffeln, 65 Gramm Mehl, 10 Gramm Salz, 1 Priſe Muskat, 1 bis 2 Eier, 1 Brötchen in Würfel, 25 Gramm Butter, 3 Liter Waſſer, 15 Gramm Salz.

Die tags zuvor gekochten Kartoffeln werden geſchält und gerieben und mit Mehl, Salz und Ei vermengt. Daraus formt man apfelgroße Klöße, in deren Mitte man geröſtete Semmelwürfel gibt. Die Klöße müſſen 15 bis 20 Minuten in Salzwaſſer mehr ziehen als kochen. Man reicht dieſe Klöße zu Sauer-, Pökel- oder anderem Braten, aber auch zu geſchmortem friſchen oder Backobſt oder Pflaumenmusſoße.

Vogtländiſche Klöße. 1½ Kilo rohe Kartoffeln, ½ Kilo gekochte Kartoffeln, 15 Gramm Salz, ¼ bis ½ Liter kochendes Waſſer oder Milch, 1 Semmel, 25 Gramm Butter, 3 Liter Waſſer, 15 Gramm Salz.

Die rohen Kartoffeln werden in eine Schüſſel mit Waſſer gerieben und im Kloßbeutel (ev. Tuch) gut ausgedrückt und mit ¼ bis ½ Liter kochender Flüſſigkeit, je nach Stärkegehalt der Kartoffeln, überbrüht und mit Salz und den geriebenen, gekochten Kartoffeln gemiſcht. Die Klöße werden mit naſſen Händen geformt, eventuell mit geröſteten Semmelwürfeln gefüllt und in ſtark kochendes Waſſer gegeben. Kochzeit: 20 Minuten.

Milchreis mit Bratwurſt. 250 Gramm Reis, ½ Liter Waſſer, 1 Liter Milch, 10 Gramm Salz, 1 Stück Zitronenſchale, 50 Gramm Butter, Zucker und Zimt nach Belieben, 400 Gramm Bratwurſt (4 Stück), 25 Gramm Butter.

Der abgequirlte Reis wird mit ½ Liter kaltem Waſſer, Salz und Zitronenſchale zum Kochen gebracht, dann wird die kochende Milch dazu gegoſſen und man läßt den Reis langſam ausquellen. Beim Anrichten übergießt man den Reis mit brauner Butter und beſtreut ihn eventuell mit Zucker und Zimt. Dazu gibt man Bratwurſt. Die Würſte werden gebrüht und abgetrocknet und von allen Seiten gleichmäßig gebraten.

Sächſiſcher Speckkuchen. 250 Gramm Mehl, 1 Ei, 100 Gramm Butter, 1 Priſe Salz, ⅛ Liter Milch, 20 Gramm Hefe, Speckwürfel, Kümmelkörner, ¼ Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm), 1 Ei, 1 Teelöffel Kartoffelmehl, 1 Priſe Salz.

Der Hefeteig (man kann auch Brotteig nehmen) wird etwa ½ Zentimeter dick ausgerollt und mit Speckwürfeln und Kümmelkörnern beſtreut und bei mittlerer Hitze gebacken. Gegen Ende der Backzeit gibt man den Sahnenguß darüber, den man im Ofen feſtwerden läßt. Der Speckkuchen wird warm gegeſſen.

Stockfiſch mit Schoten. 2 Kilogramm Schoten, 40 Gramm Butter, 10 Gramm Mehl, ¼ Liter Waſſer, 1 Priſe Salz, 10 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel gewiegte Peterſilie, 375 bis 500 Gramm Stockfiſch, 50 Gramm Butter.

Die jungen Erbſen werden in der Butter angeſchwitzt und mit Mehl beſtäubt. Mit der Brühe, Salz und Zucker läßt man die Erbſen weich kochen und gibt zuletzt gewiegte Peterſilie daran. Der Stockfiſch wird 36 Stunden gewäſſert, dann wird er in ſchwachem Salzwaſſer erhitzt und danach läßt man ihn 15 Minuten kochen. Von Haut und Gräten befreit, wird der Fiſch zerpflückt und kurze Zeit in hellbrauner Butter durchgeſchwitzt. Danach gibt man die Erbſen mit dem Stockfiſch zuſammen.

Schleſien

Schleſien iſt Grenzland! Wohl hat es teilweiſe ſehr fruchtbaren Boden, doch iſt ſeine Bevölkerung, beſonders auf dem Lande, arm und lebt bei ſchwerer Arbeit ſehr beſcheiden. Faſt täglich gibt es Pellkartoffeln, dazu Butter, Weißkäſe und Malzkaffee, Kartoffelbrei (Sterz) mit Sauerkraut oder mit Blattſalat und Buttermilch, nur am Sonntag Schweinefleiſch, Sauerkraut und Klöße.

Auch der tägliche Speiſezettel im Bürgerhauſe iſt einfach, doch gibt es eine ganze Menge beſonderer Gerichte, die man wohl als für Schleſien charakteriſtiſch bezeichnen kann.

Gerichte für den täglichen Tiſch.

Schwärtelbraten. 1 bis 1½ Kilo Schweinefleiſch (Rückenſtück oder Keule mit Speckſchicht und Schwarte), Salz, 1 Zwiebel, einige Pfefferkörner, 1½ Liter heißes Waſſer. Zur Soße: 1 Eßlöffel Kartoffelmehl.

Das Fleiſch wird ſchnell gewaſchen, geſalzen und mit der Schwarte nach unten in eine Bratpfanne gelegt. Da die leimhaltige Schwarte leicht anhängt, legt man einen Bratenroſt oder einen kleinen Teller oder zwei gebrühte Kochlöffel darunter. Man fügt Zwiebeln, Gewürz und 1½ Liter kochendes Waſſer hinzu, ſchließt die Pfanne mit dem Deckel und läßt das Fleiſch auf dem Herde etwa 1½ Stunden kochen. Dann nimmt man es heraus, ſchneidet die Schwarte in Form von kleinen Rechtecken ein, gießt die Kochbrühe aus der Pfanne in einen Topf und legt das Fleiſch in die Pfanne zurück, mit der Schwarte nach oben. Nun wird es im Bratofen bei guter Oberhitze knuſperig braun gebraten. Ein Beſchöpfen wird vermieden, beſonders wenn etwas Waſſer zugefügt werden mußte, weil ſonſt die Schwärtel weich werden. Nach 1 Stunde iſt der Braten braun, die Soße wird mit der zurückgeſtellten Kochbrühe aufgekocht und mit Kartoffelmehl gebunden. Beim Anrichten löſt man erſt die Schwarte ab, die in kleine Stücke geteilt, auf den Fleiſchſcheiben angerichtet wird.

Beigaben ſind Sauerkraut und Kartoffelklöße. 1 Kilo Kartoffeln, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, 125 Gramm Mehl, 20 Gramm Grieß.

Die Kartoffeln werden am Vortage als Pellkartoffeln gekocht, am Zubereitungstage kalt gerieben, oder ſie werden als Salzkartoffeln gekocht, ganz heiß durch die Preſſe gedrückt und friſch verarbeitet. Alle Zutaten werden zu derbem Teig verknetet, aus dem man mit etwas Mehl runde Klöße formt. Man gibt die Klöße in kochendes Salzwaſſer und läßt ſie in 10 Minuten gar werden. Sie müſſen trocken und locker ſein. Als Beigabe zum mit Äpfeln gefüllten Gänſebraten werden die Klöße in Form ſchräg geſchnittener Stücke gekocht.

Schleſiſches Himmelreich. ½ Kilo geräuchertes Schweinefleiſch (Keule oder Bauch), ¼ Kilo Backobſt (verſchiedene Früchte, auch 1 Eßlöffel Roſinen und entkernte Hagenbutten gehören dazu), 40 Gramm Zucker, ½ Liter Waſſer, 15 Gramm Kartoffelmehl.

Das gut gewaſchene Rauchfleiſch wird mit Waſſer angeſetzt und 30 bis 40 Minuten gekocht, dann fügt man das 12 Stunden geweichte Backobſt mit Einweichwaſſer hinzu und läßt alles weich werden. Nachdem man das Fleiſch herausgenommen hat, bindet man das Obſt mit Kartoffelmehl und ſchmeckt mit Zucker ab. Beim Anrichten legt man die Rauchfleiſchſcheiben auf das Backobſt und reicht Semmel- oder Hefeklöße als Beigabe.

Semmelklöße. 3 Semmeln, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, 60 bis 80 Gramm Mehl, 40 Gramm geſchmolzene Butter, nach Belieben 10 ſüße, 4 bittere Mandeln.

Die Semmeln werden in Waſſer geweicht, gut ausgedrückt und mit den anderen Zutaten als glattem Teig verrührt. Man legt die Klöße mit einem Eßlöffel in kochendes Salzwaſſer ein und kocht ſie 10 Minuten lang.

Eingebrannte Birnen mit Semmelklößen. ¾ Kilo bis 1 Kilo Birnen, ¾ Liter Waſſer, etwas Zitronenſchale und Zitronenſaft, 40 bis 60 Gramm Zucker, 20 Gramm Butter, 20 Gramm Mehl.

Die geſchälten Birnen teilt man in Hälften, kocht ſie in Zuckerwaſſer weich, bindet das Kochwaſſer mit heller Einbrenne und ſchmeckt das Gericht mit Zucker und Zitronenſaft ab. Sehr gerne kocht man die Birnen mit 250 Gramm Schweinebauchfleiſch zuſammen weich. Zur Vervollſtändigung der Mahlzeit gibt es Semmel- oder Grießklöße.

Hirſe mit Schweinefleiſch. 250 Gramm Hirſe, 375 Gramm fettes Schweinefleiſch (Bauchfleiſch), 1 Zwiebel, 3 Nelken, Salz nach Geſchmack, 30 bis 60 Gramm Butter.

Das Schweinefleiſch wird mit 1 Liter Waſſer und Zwiebeln zum Kochen gebracht. Die Hirſe wird einmal abgewellt, darnach noch 2- bis 3mal mit kochendem Waſſer überbrüht und dann dem Fleiſch zugefügt. Das Gericht muß nun langſam quellen (Kochkiſte) und braucht 1 Stunde Garzeit. Vor dem Anrichten nimmt man das Fleiſch heraus, um es in Scheiben zu ſchneiden, die Hirſe wird abgeſchmeckt, mit Butter gemiſcht oder mit brauner Butter übergoſſen. Oft ißt man Sauerkraut dazu.

Oberrüben mit Hammelfleiſch (Kohlrabi). 15 Oberrüben, ¼ bis ½ Kilo Hammelfleiſch, 1 Liter Waſſer, 10 Gramm Salz, 40 Gramm Butter, 30 bis 40 Gramm Mehl.

Das Hammelfleiſch ſetzt man mit kochendem Salzwaſſer auf. Die zarten grünen Blätter der Oberrübenſtauden werden von den Stielen abgeſtreift, gewaſchen, zuſammengerollt und in feine Streifen geſchnitten, die Knollen geſchält und in Scheiben geſchnitten. Grünes und Knollen fügt man dem Hammelfleiſch zu, läßt alles weich werden und bindet das Gemüſe, nachdem das Fleiſch herausgenommen iſt, mit heller Einbrenne. Das Hammelfleiſch wird beſonders angerichtet.

Mohnklöße. 2 Semmeln oder 6 bis 8 Zwiebäcke, ¼ bis $^{3}/_{8}$ Liter Milch mit Zucker und Salz abgeſchmeckt, 250 Gramm fein gemahlener Mohn, 70 Gramm Zucker, 125 Gramm Roſinen, 70 Gramm ſüße Mandeln, ¼ Liter Milch.

Man ſchneidet die Semmeln in feine Scheiben. Die Mohnfüllung wird durch Überbrühen der Miſchung Mohn, Zucker, Roſinen, gehackte Mandeln mit kochender Milch hergeſtellt. In einer Glasſchüſſel ordnet man eine Lage Semmelſcheiben, gießt etwas von der warmen, wenig geſüßten Milch darüber, ſtreicht Mohnfüllung darauf und wiederholt das dreimal. Mohnfüllung bildet die oberſte Schicht, die mit Mandelhälften verziert werden kann.

Mohnklöße werden am Heiligen Abend und am Silveſterabend in ſehr vielen ſchleſiſchen Familien nach dem Abendeſſen gegeben.

Weiße Bratwurſt wird auch in Butter gebraten mit Beigabe von Sauerkraut als Weihnachtseſſen zubereitet.

Mohnſtriezel. Hefeteig: ½ Kilo Mehl, 50 Gramm Hefe, $^{1}/_{8}$ Liter Milch, 150 Gramm Butter, 1 Ei, 80 Gramm Zucker, etwas Salz und abgeriebene Zitronenſchale. Zur Füllung: 250 Gramm fein gemahlener Mohn, 80 bis 100 Gramm Zucker, 60 Gramm Mandeln, 60 Gramm Roſinen, $^{1}/_{8}$ bis ¼ Liter Milch.

Der Hefeteig wird hergeſtellt. Zur Mohnfüllung miſcht man friſch gemahlenen Mohn mit Zucker, Roſinen und geriebenen Mandeln und rührt ſo viel kochend heiße Milch darunter, daß ein weicher Brei entſteht, der eine Zeitlang ſtehen muß, um aufzuquellen. Der aufgefangene Hefeteig wird 2 Zentimeter dick zum Rechteck ausgerollt, dann mit geſchmolzener Butter (50 Gramm) und mit der Mohnfüllung beſtrichen und eng zuſammengewickelt. Der ſo geformte Striezel wird in eine paſſende Kaſtenform gelegt, muß darin aufgehen, und erfordert darnach etwa 45 Minuten Backzeit.

Feſttagskuchen.

Sträſelkucha. Herrmann Bauch

„Schläſcher Kucha, Sträſelkucha,
Doas ihs Kucha, ſapperlot,
Wie's uff Herrgoots weiter Arde
Nernt nich ſu woas Gudes hoot!
Wär woas noch ſu leckerſetzig,
Eim Geſchmack ooch noch ſu ſchien,
Über ſchläſcha Sträſelkucha
Tutt halt eemol niſcht nich gihn!"

Streuſelkuchen (großes Blech). Zum Vorteig: 1 Kilo Mehl, 50 Gramm Hefe, $^{3}/_{8}$ Liter Milch, 1 Teelöffel Zucker. Zum Hefeteig: 150 Gramm Butter oder 100 Gramm ausgelaſſenes Rindsfett und 50 Gramm Butter, 150 Gramm Zucker, 2 Eier, 100 Gramm Roſinen, abgeriebene Zitronenſchale, 1 Teelöffel Salz, 60 Gramm Butter zum Beſtreichen. Zum Streuſel: 800 Gramm Mehl, 400 Gramm Butter, 400 Gramm Zucker, 100 Gramm geriebene Mandeln, 2 Vanillin oder 1 Teelöffel Zimt.

Der Hefeteig wird nach dem Aufgehen auf ein gut gefettetes Blech 1 bis 2 Zentimeter dick ausgerollt und mit Butter beſtrichen. Zum Streuſel miſcht man Mehl, Zucker, Mandeln und Gewürz und rührt mit der Gabel die nur erweichte, nicht erhitzte Butter darunter. Mit den gerundeten Streuſeln bedeckt man den Teig, läßt 10 bis 20 Minuten aufgehen, bäckt den Kuchen bei guter Hitze 30 Minuten und überſtreut ihn mit Puderzucker.

Obſtkuchen mit Streuſel. Hefeteig: ½ Kilo Mehl, 30 Gramm Hefe, ⅛ bis ¼ Liter Milch, 1 Ei, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm Butter, Salz, abgeriebene Zitronenſchale. Zum Belag: 1½ Kilo Pflaumen oder mürbe Äpfel, 125 Gramm Zucker zum Beſtreuen. Streuſel von 300 Gramm Mehl, 150 Gr. Butter, 150 Gramm Zucker.

Der aufgegangene Hefeteig wird auf einem gut gefetteten Blech ausgerollt und mit entſteinten, in Hälften oder Viertel geteilten Pflaumen oder mit Apfelſpalten dicht belegt und mit Streuſel überdeckt. Nachdem der Teig wieder aufgegangen iſt, bäckt man ihn bei guter Hitze 25 bis 30 Minuten und beſtreut erſt den fertigen Kuchen mit Zucker.

Käſekuchen mit Streuſel. Hefeteig: ½ Kilo Mehl, 40 Gramm Hefe, ⅛ bis ¼ Liter Milch, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm Butter, 1 Ei, etwas Salz. Zum Belag: 1 Kilo Weißkäſe, 60 Gramm Butter, 3 Eier, 125 Gramm Zucker, 15 Gramm Weizenmehl, 15 Gramm Kartoffelmehl, 60 bis 80 Gramm Korinthen. Streuſel von 400 Gramm Mehl, 200 Gramm Butter, 200 Gramm Zucker.

Der Hefeteig wird hergeſtellt. Während er aufgeht, ſtreicht man den Weißkäſe durch ein Sieb, miſcht ihn mit den übrigen Zutaten und bereitet den Streuſel. Den auf gefettetem Blech ausgerollten Teig beſtreicht man 2 Zentimeter dick mit der Quarkmaſſe, bedeckt ſie mit Streuſel und läßt den Kuchen aufgehen. Bei Mittelhitze braucht er 30 bis 40 Minuten Backzeit.

Babe. (Abgerührter Napfkuchen.) 125 Gramm Butter, 125 Gramm Zucker, 5 ganze Eier, 250 Gramm Mehl, 125 Gramm Kartoffelmehl, 4 bis 5 Eßlöffel Milch, etwas geſtoßene Vanille, 5 bittere Mandeln, 1 Teelöffel gereinigter Weinſtein, 1 Teelöffel doppelkohlenſaures Natron.

Zur ſchaumigen Butter gibt man Zucker und ganze Eier und rührt 45 Minuten. Dann miſcht man die übrigen Zutaten, zuletzt das Treibmittel leicht und ſorgfältig mit der Eimaſſe, füllt in die vorbereitete Napfkuchenform und bäckt den Kuchen 1 Stunde bei Mittelhitze.

Thüringen

Apoldaer Topf. ½ Kilo Schweinefleiſch aus der Keule, ½ Kilo mittelgroße Kartoffeln, ½ Kilo Äpfel, ½ Kilo Birnen, ½ bis 1 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, 1 Teelöffel Kümmel, Butterflöckchen.

Das Schweinefleiſch wird in Würfel geſchnitten, die geſchälten Äpfel und Birnen werden in Achtel geſchnitten. Die geſchälten mittelgroßen Kartoffeln werden ganz gelaſſen. Die Zutaten werden mit Waſſer und Gewürz in die Auflaufform getan, mit Butterflöckchen belegt und in der Röhre 2 Stunden gebacken.

Topfbraten. Schweinszunge, Nieren, Herz, Rüſſel, Ohren, Schwarten, zuſammen ½ bis 1 Kilo. 1 bis 2 Liter Waſſer, 10 bis 20 Gramm Salz, 1 Zwiebel, Lorbeerblatt, Pfeffer- und Gewürzkörner. Zur Soße: ¼ Kilo brauner Honigkuchen in Eſſig eingeweicht, 30 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, ½ Liter obiger Brühe, Zitronenſaft, Salz, Pfeffer zum Abſchmecken.

Die Fleiſchteile werden in ſchmale Streifen geſchnitten, nachdem ſie mit den Gewürzen weichgekocht ſind. Der Honigkuchen wird gerieben und in etwas Eſſig geweicht. Aus Fett und Mehl wird eine dunkle Schmelze hergeſtellt, die mit der Brühe gelöſcht und mit dem Honigkuchen aufgekocht und dann gut abgeſchmeckt wird. Die Fleiſchſtücke gibt man nun in die Soße und läßt ſie einmal mit aufkochen, und gibt zu dem Gericht Kartoffel- oder Mehlklöße.

Thüringer Kartoffelklöße. 2 Kilo Kartoffeln, ½ Liter Milch, 40 Gramm Grieß, 20 Gramm Salz, 1 Brötchen, 10 Gramm Fett.

Die Kartoffeln werden geſchält und, damit ſie weiß bleiben, in Waſſer gerieben. Dann gibt man die Maſſe in einen Beutel und preßt das Waſſer am beſten in einer Kartoffelpreſſe ab. Die Kartoffelmaſſe wird nun zerbröckelt und in eine Schüſſel getan und mit dem aus den angegebenen Zutaten bereiteten Grießbrei, der kochend ſein muß, überbrüht. Die Maſſe wird glatt gerührt. Die Semmel wird in kleine Würfel geſchnitten, die in der Butter gebräunt werden. Mit in kaltem Waſſer angefeuchteten Händen werden Klöße geformt, in deren Mitte man einige Semmelbröckchen gibt. In kochendes Salzwaſſer getan, müſſen die Klöße 20 bis 30 Minuten mehr ziehen als kochen.

Kartoffelpfanne. 1 Kilogramm Kartoffeln, 10 Gramm Salz, 20 Gramm geriebene Zwiebeln, 10 Gramm Mehl, 1 Ei, 60 Gramm geräucherten Speck.

Die rohen Kartoffeln werden geſchält und gerieben, mit Salz, Mehl, Ei, Zwiebeln vermiſcht in eine gebutterte Auflaufform getan, mit den Speckwürfeln beſtreut. Der Auflauf wird 30 bis 40 Minuten gebacken und zu Braten oder geſchmortem Obſt gegeſſen. An Stelle des Specks kann Butter oder Öl verwendet werden.

Roſtbratwürſte. ¾ Kilo ſchieres Schweinefleiſch, 20 Gramm Salz, Pfeffer, 1 Teelöffel Kümmel, 1 Priſe Majoran, geriebene Zwiebeln.

Das Fleiſch wird 1- bis 2mal durch die Maſchine gedreht und, mit den Zutaten vermengt und abgeſchmeckt, in die vorbereiteten Därme gefüllt. Die Bratwürſte werden auf einem Roſt auf glühenden Holzkohlen unter häufigem Wenden gebraten und dabei mit Waſſer beſtrichen. Wenn ein Holzkohlenroſt nicht vorhanden iſt, überbrüht man die Bratwürſte, trocknet ſie ab und brät ſie in Butter auf der Pfanne.

Heringsſalat. ½ Kilo Kalbsbraten, 2 Heringe, 60 Gramm Zervelatwurſt, 2 bis 3 Kartoffeln, 2 bis 3 Äpfel, 1 Eßlöffel Kapern, 120 Gr. Senfgurken, 1 kleine geriebene Zwiebel, Marinade aus Eſſig, Waſſer, Pfeffer. Zur Soße: 8 Eßlöffel Öl, 1 Teelöffel Senf, die geſchabte Heringsmilch, Salz, Pfeffer, Zucker, Eſſig nach Geſchmack.

Man verwendet Milchheringe und wäſſert ſie einige Stunden, bereitet ſie vor und ſchneidet ſie wie alle übrigen Zutaten in Würfel; die Heringsmilch wird geſchabt und mit den angegebenen Zutaten zur Soße verquirlt. Die in Würfel geſchnittenen Zutaten werden am beſten die Nacht über in der Marinade ſtehen gelaſſen und am nächſten Tage mit der Soße vermengt und abgeſchmeckt.

Gemüſe von Puffbohnen. ¾ Kilo Puffbohnen, 2 Liter Waſſer, 60 Gramm Speck, 30 Gramm Mehl, ½ Liter Bohnenbrühe, 10 Gramm Salz, 10 Gramm Butter, Peterſilie.

Die Puffbohnen werden nacheinander in kochendes Waſſer getan, und zwar ſo, daß das Waſſer erſt jedesmal wieder kocht, bevor neue hinzukommen, weil ſie ſo anſehnlicher bleiben und leichter weich werden. Aus demſelben Grunde läßt man beim Kochen das Salz fort. Den Speck ſchneidet man in Würfel, läßt ihn aus, nimmt die Würfel heraus, bräunt in dem zerlaſſenen Speck das Mehl goldgelb, füllt es mit Bohnenbrühe auf und kocht die Soße 10 Minuten durch, ſchmeckt ſie nach Salz ab, gibt die Bohnen hinein, läßt ſie aber nicht mehr mitkochen und würzt mit Butter und Peterſilie und ſtreut die Speckwürfel darüber.

Salat von Brunnenkreſſe. 125 Gramm Brunnenkreſſe. Salatſoße: ⅛ Liter Waſſer, je 1 Priſe Salz, Zucker, Pfeffer, 1 kleine feingeſchnittene Zwiebel, Eſſig und Öl nach Geſchmack.

Die Brunnenkreſſe wird verleſen, wiederholt gewaſchen und kurz vor dem Anrichten mit der Salatſoße gemiſcht.

Kirſchtiſchel. ¾ Liter Milch, 1 Ei, 60 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz, ½ Teelöffel geſtoßenen Zimt, Vanillin oder geriebene Zitronenſchale, 40 Gramm Grieß, 150 Gramm Weißbrot, ½ Kilo Sauerkirſchen, 1 Brötchen in Scheiben, Butterflöckchen.

Milch, Ei, Zucker, Salz, Gewürze, Grieß werden miteinander verquirlt, das Weißbrot wird in Würfel geſchnitten und in der Flüſſigkeit geweicht und glatt gerührt. Die Maſſe wird mit den Kirſchen zuſammen in die gebutterte Auflaufform getan und mit Brötchenſcheiben belegt und mit den Butterflöckchen 30 bis 40 Minuten überbacken.

Thüringer Obſtkuchen. ¼ Kilo Mehl, 20 Gramm Hefe, ⅛ Liter Milch, 30 Gr. Butter, 30 Gramm Zucker, ½ Ei, ½ Teelöffel Salz, Gewürz, 1½ Kilo Obſt Äpfel, Pflaumen oder Kirſchen), 3 Eßlöffel geriebene Semmeln oder geriebenen Zwieback, ⅛ Liter ſaure Sahne (ſaurer Rahm), 15 Gramm Mehl, 30 Gramm Zucker, 1 Eigelb, 1 Eiſchnee.

Aus den angegebenen Zutaten wird ein Hefeteig hergeſtellt, der, nachdem er in der Schüſſel gegangen iſt, dünn ausgezogen und auf ein gebuttertes Backblech gelegt wird und noch einmal gehen muß. Dann wird er mit einer Gabel eingeſtochen, mit dem vorher gezuckerten, vorbereiteten Obſt belegt, mit geriebener Semmel beſtreut; der Guß wird darüber gegeben und der Kuchen ſofort in den vorgeheizten Ofen geſchoben und 20 bis 30 Minuten gebacken.

Speckuchen. (Hefeteig wie zum Obſtkuchen oder vom Bäcker ½ Kilo Brotteig.) ½ Kilo geräucherten Speck, 1 Teelöffel Kümmel, 4 bis 6 Eier, 1 Priſe Salz.

Der Teig wird dünn ausgerollt und auf ein gefettetes Blech gelegt, auf dem er noch einmal gehen muß. Dann wird er mit einer Gabel eingeſtochen, mit dem in kleine Würfel geſchnittenen Speck und Kümmel beſtreut, die Eier werden verquirlt und darüber gegoſſen und der Kuchen wird bei mehr Unter- als Oberhitze 20 bis 30 Minuten gebacken.

Propheten- oder Eierkuchen. ¼ Kilo Butter, 8 Gelbeier, 4 ganze Eier, 150 Gr. Zucker, 625 Gramm Mehl, 1 Priſe Salz, 1 bis 2 Eßlöffel Rum. ¼ Kilo Butter, ¼ Kilo Puderzucker zum Beſtreuen.

Butter, Eier und Zucker werden ſchaumig gerührt, nach und nach werden Rum und Mehl dazu gegeben, zuletzt wird der Teig geknetet und muß nun mehrere Stunden an einem kühlen Ort ruhen, am beſten die Nacht über. Dann wird er dünn ausgerollt und auf einem gefetteten Blech in nicht zu heißem Ofen gebacken und gleich, nachdem er aus dem Ofen kommt, wird er mit der zerlaſſenen Butter beſtrichen und mit Puderzucker beſtreut.

Weihnachtsſchnittchen. ¾ Kilo Mehl, ¼ Liter Milch, 30 bis 40 Gramm Hefe, 2 Eßlöffel Roſenwaſſer, 2 Eßlöffel Zimtwaſſer, 1 Eßlöffel Rum, 6 Gramm Salz, 60 Gramm Sultaninen, 60 Gramm Korinthen, 60 Gramm Zitronat, 30 Gramm ſüße, 5 Stück bittere Mandeln, 100 Gramm Zucker, 50 Gramm Nierentalg, 100 Gramm Butter, 3 Gramm Muskatblüte, 3 Gramm Kardamom, 3 Gramm Zimt, 3 Gramm Ingwer, Vanille. 50 Gramm Butter zum Beſtreichen, Puderzucker zum Beſtreuen.

Alle Zutaten müſſen die Nacht über in einem warmen Raum geſtanden haben. Am Morgen wird ein Hefeſtück bereitet, nachdem es gut gegangen iſt, werden alle Zutaten zum Teig geknetet, der Nierentalg muß vorher flüſſig gemacht werden und dann gerührt, bis er wieder feſt wird und ſich im ſalbigen Zuſtand unter den Teig kneten läßt. Der fertige Teig muß wieder gehen, wird nun etwa 5 Zentimeter dick ausgerollt und die eine Seite wird zur Hälfte über die andere geſchlagen, das Schnittchen wird auf einem gebutterten Blech nocheinmal gehen gelaſſen und dann bei ſtarker Hitze etwa 20 Minuten gebacken und noch heiß mit Butter beſtrichen und mit Puderzucker beſtreut.

Weſtfalen

Kartoffelſuppe mit Beilage. 2 Liter Waſſer, ¾ Kilo Kartoffeln, 60 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, 4 Eßlöffel Sahne (Rahm), Salz, geröſtete Speck- und Brötchenwürfel, gebratene Blutwurſtſcheiben oder gebratene Panhasſcheiben oder Reibekuchen.

Die geſchälten, in Würfel geſchnittenen Kartoffeln werden in Salzwaſſer gar gekocht. Aus Fett und Mehl ſtellt man eine helle Mehlſchwitze her, die man mit der Kartoffelſuppe auffüllt. Vor dem Anrichten gibt man geröſtete Speck- und Brötchenwürfel in die Suppe und ſchmeckt mit Salz und Sahne ab. Als Beigabe reicht man entweder gebratene Blutwurſtſcheiben, Panhas oder Reibekuchen.

Erbſenſuppe mit Pökelfleiſch. 250 Gramm Erbſen, 2 Liter Waſſer, Suppengrün, Salz. ½ Kilo Pökelfleiſch, 375 Gramm Kartoffeln, 40 Gramm Fett, 1 Zwiebel, 40 Gramm Mehl.

Die vorbereiteten Erbſen werden mit Salz und Suppengrün aufgeſetzt, Pökelfleiſch wird hinzugefügt. ¾ Stunden vor dem Eſſen gibt man die zerſchnittenen Kartoffeln hinzu. Die Suppe wird zum Schluß mit einer Mehlſchwitze gebunden. Kochzeit 2 bis 3 Stunden.

Jägereſſen. 250 Gramm Erbſen, 2 Liter Waſſer, Suppengrün, Salz, 250 Gramm Sauerkraut.

Man ſtellt eine dünne Erbſenſuppe her, gibt 250 Gramm gekochtes Sauerkraut hinein und ſchmeckt ab.

Schölle Gerſte (geſchälte Gerſte). 250 Gramm geſchälte Gerſte, 1½ Liter Waſſer, ½ Kilo Kartoffeln, ½ Kilo hohe Rippe, Suppengemüſe, Salz nach Geſchmack.

Die Gerſte wird mit dem Waſſer aufgeſetzt, das Fleiſch in die Suppe hineingegeben und ¾ Stunden vor dem Eſſen die kleingeſchnittenen Kartoffeln hinzugefügt.

Pfefferpotthaſt mit Gurken. ½ Kilo Rindfleiſch (Zungenſtück oder hohe Rippe), knapp 1 Liter Waſſer, 1 kleine Zwiebel, 1 Priſe Pfeffer, 1 Teelöffel Salz, 3 bis 4 Zwiebäcke.

Das vorbereitete Fleiſch in Würfel ſchneiden, mit Salz, Pfeffer, Zwiebelſcheiben und Lorbeerblatt in kochendes Waſſer legen, 1½ bis 2 Stunden garkochen. Mit geriebenem Zwieback die Soße binden, ſie muß ¾ Stunden kochen. (Alſo nach 1 Stunde ſchon binden.) Abſchmecken mit Pfeffer, Salz (Zitrone, kleingeſchnittene Eſſiggurken). Dazu Salzkartoffeln mit Gurken- oder Tomatenſalat.

Große Bohnen mit Speck. 2 Kilo dicke Bohnen, 1 Liter Waſſer zum Garkochen, 2 Eßlöffel Salz, 400 Gramm Speck, 1½ bis 2 Kilo Kartoffeln, Peterſilie oder Bohnenkraut, Salz nach Geſchmack.

Die Bohnen halbgar kochen, Speck hinzugeben. Nach ½ Stunde ſchneidet man die Kartoffeln darauf, kocht ſie weich und miſcht, nachdem man den Speck herausgenommen hat, die gehackte Peterſilie oder Bohnenkraut hindurch. Kochzeit 2½ Stunden.

Graue Weiber mit Speck. (Wibbelbohnen, Warburger Gegend.)

Zubereitung wie voriges Rezept.

Graue Grütze (Griſe Greite).

1 Liter Buttermilch, Zucker nach Geſchmack mit Mehl binden, 125 Gramm getrocknete Pflaumen kochen und in die Suppe geben.

Grünkohl mit Mettwurſt. 1¼ Kilo Grünkohl, 30 Gramm Schmalz, ⅜ Liter Waſſer, 375 Gramm geräucherte Mettwurſt, Salz, Zucker, dazu Salzkartoffeln oder beſſer noch Bratkartoffeln.

Den vorbereiteten Kohl kleinſchneiden, waſchen, überbrühen. Mit Fett und etwas Waſſer aufſetzen. Wenn es gut kocht, die Wurſt hinzufügen und garkochen. Mit Salz und Zucker abſchmecken.

Sauerkraut mit Eisbein und Kartoffelbrei. ½ Kilo Sauerkraut, ½ Kilo Eisbein, (2 Nelken, 2 Pfefferkörner, 2 Gewürzkörner, 1 Lorbeerblatt in 1 Zwiebel geſteckt). Kartoffelbrei: 1¼ Kilo Kartoffeln, ½ Liter heiße Milch, 1 Stich gute Butter.

Eisbein ankochen, Sauerkraut mit Gewürzen hinzu, garkochen, mit geriebenen Kartoffeln ſämig machen. Dazu reicht man Kartoffelbrei.

Schlodderkappes mit gebratener Blutwurſt. 1½ Kilo Weißkohl, ¾ Kilo Kartoffeln, 50 Gramm Speck, 2 Gramm Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Eſſig.

Kartoffeln und Kappes (Weißkohl, geſchabt) werden aufgeſetzt mit etwa ½ bis ¾ Liter Waſſer. (Kartoffeln unten, Kappes oben.) Sofort, wenn es kocht, werden der ausgebackene Speck und die Zwiebeln darüber geſchüttet. Das Gericht läßt man 1 Stunde kochen. Vor dem Anrichten alles durcheinandermengen und würzen. Dazu gibt man in der Pfanne gebratene Blutwurſtſcheiben.

Stielmus mit Schweinefleiſch. 2 große Bunde Stielmus, ¾ Kilo Kartoffeln, 375 Gramm Fleiſch (Nacken oder Speck), ½ Liter Waſſer, Salz, Pfeffer.

Das Stielmus wird geputzt, geſchnitten, überbrüht und mit kaltem Waſſer aufgeſetzt. Kocht das Gemüſe, fügt man das in Würfel geſchnittene Fleiſch hinzu. ¾ Stunden vor dem Eſſen gibt man die Kartoffelwürfel zum Gericht und ſchmeckt zum Schluß ab.

Gäſefutter. 125 Gramm weiße Bohnen, ¾ Kilo Möhren, 375 Gramm Rindfleiſch, ½ Kilo Kartoffeln, 1 Liter Waſſer, Salz und Pfeffer nach Geſchmack, 1 Eßlöffel Eſſig.

Die weißen Bohnen mit kaltem Waſſer aufſetzen, das Fleiſch hineingeben, nach 1 Stunde die in Würfel geſchnittenen Möhren, nach ½ bis ¾ Stunden die gewürfelten Kartoffeln hinzufügen. Wenn alles gar iſt, wird das Fleiſch klein geſchnitten und alles gemiſcht.

Himmel und Erde mit gebratenen Leberſcheiben. 1¼ Kilo Kartoffeln, ¾ Kilo Äpfel, ½ Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Fett, 50 Gramm Speck, Zucker und Salz nach Geſchmack.

Die Salzkartoffeln werden angekocht, die geſchälten Äpfel und das Fett hinzugefügt. Iſt das Gericht gar, wird es durch einen Durchſchlag gegeben und mit Salz und Zucker abgeſchmeckt. Entweder verfeinert man das Gericht durch Hinzugabe von einem Stich guter Butter oder man macht es herzhafter durch Hinzufügen von ausgelaſſenem Speck, den man nach dem Anrichten darüber gibt. Dazu gebratene Leber.

Klump. 1 Kilo Sauerkraut, ¾ Kilo dickes Eisbein, 1 Kilo Kartoffeln.

Sauerkraut und Eisbein gar kochen, in Auflaufform 1 Schicht Eisbein, 1 Schicht Sauerkraut und 1 Schicht rohe geriebene Kartoffeln füllen. Bei guter Hitze halb braun backen.

Roſenkranz. ½ Kilo friſche Mettwurſt, 1½ Kilo Kartoffeln, Speck.

Kartoffeln in Scheiben ſchneiden, als Bratkartoffeln braten, die Wurſt rings herum legen und mitbraten.

Pott-Hucke. 2½ Kilo rohe Kartoffeln, ½ Kilo gekochte Kartoffeln, 3 Eier, Fett, Salz, Speckſcheiben.

Die geriebenen und mit Eiern und Salz vermengten Kartoffeln werden in eine mit reichlich Fett ausgeſtrichene Kaſſerolle getan und mit Speckſcheiben belegt. Es wird 3 bis 4 Stunden im Backofen gebacken. Man ißt es in Scheiben geſchnitten und aufgebraten zu Kaffee und Schwarzbrot abends.

Kröſe. ½ Kilo Gerſtengrütze, 3 Liter Brühe, ½ Teelöffel Nelkenpfeffer, 1 Teelöffel weißen Pfeffer, 1 Zwiebel, 2 Eßlöffel Salz, ¼ Kilo gares, durchgedrehtes Schweinefleiſch.

Gerſtengrütze wird mit der Brühe zu einem dicken Brei gar gekocht. Salz, Pfeffer, Nelken, Zwiebeln werden daran gerieben und das durchgedrehte Fleiſch hineingegeben.

Leineweber. 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, ¼ Kilo Mehl (nur Weizenmehl), ½ Liter Milch, 6 Eßlöffel Butter, ¾ Kilo gekochte, abgezogene Kartoffeln.

Die Kartoffeln werden in Scheiben geſchnitten, aus den anderen Zutaten eine Pfannkuchenmaſſe hergeſtellt. Die Kartoffelſcheiben werden in Butteröl braun gebraten, der Teig darüber gegeben und der Kuchen von beiden Seiten braun gebacken (3 Kuchen). Jeder Salat iſt als Zugabe geeignet.

Pillkuchen. ¾ Kilo Kartoffeln, 50 Gramm Speck, 1 Eßlöffel Butteröl, 1 Teelöffel Salz, 1 Ei, 3 Eßlöffel Mehl, ⅛ Liter Milch.

Die Kartoffeln werden dünn geſchält, in Streifen geſchnitten und in dem ausgelaſſenen Fett mit Salz beſtreut, zugedeckt und angebraten. Aus den übrigen Zutaten wird ein Pfannkuchenteig hergeſtellt und fortgefahren wie oben.

Grüne Bohnen und Heringe (eingelegt).

Schnippelbohnen als Gemüſe kochen, dazu Salzkartoffeln und eingelegte Heringe oder Salzheringe.

Schieben in de Panne und Koffee in de Kanne.

Rohe Kartoffelſcheiben werden in der Pfanne goldgelb gebraten. Das Gericht ißt man aus der Pfanne und trinkt Kaffee dazu.

Jägerfrühſtück. 1 Kilo Kartoffeln, 3 Eier, ¼ Kilo Schinken, Bratfett.

Schinken und Kartoffeln werden in der Pfanne gebraten. Zuletzt gibt man die geſchlagenen Eier darüber.

Schwarzbrot mit Spiegeleier (Frühſtück).

Schwarzbrotſcheiben werden in der Pfanne geröſtet und auf jede Scheibe legt man 1 Spiegelei.

Weſtfäliſche Speiſe. 100 Gramm Pumpernickel, 100 Gr. Schokolade, ½ Stange Vanille, 80 Gramm Zucker, ½ Kilo Quark, ⅛ Liter Milch, 30 Gramm Zucker, 25 Gramm eingemachte Früchte, Rum.

Brot und Schokolade werden gerieben und mit Vanille und Zucker gemiſcht. Der Quark wird durch ein Sieb geſtrichen und mit Milch und Zucker gleichfalls vermiſcht. Unter die eingemachten Früchte wird etwas Rum gegeben. Das Ganze wird lagenweiſe in eine Glasſchüſſel gefüllt. Zuletzt ſpritzt man mit Quark.

Gefrorener weſtfäliſcher Pudding. 6/10 Liter Milch, 200 Gr. Zucker, ½ Stange Vanille, 3 ganze Eier, 8/10 Liter geſchlagene Sahne, geſüßt, 25 Gramm geriebenes Schwarzbrot (Pumpernickel), 60 bis 80 Gramm geſtoßene Makronen, Maraskino.

Milch, Zucker und Vanille läßt man aufkochen und etwas abkühlen und rührt vorſichtig die zerſchlagenen Eier in die Flüſſigkeit. Das Ganze wird nun ſo lange auf dem Feuer geſchlagen, bis die Maſſe ſich verdickt. Nach dem Erkalten gibt man ſie in eine Gefrierbüchſe und läßt ſie in der Eismaſchine gefrieren. Nach und nach arbeitet man dann die geſchlagene Sahne, das Schwarzbrot und etwas Maraskino darunter, füllt die Speiſe in eine Eisbombe und läßt die Speiſe nochmals gefrieren. Vor dem Anrichten taucht man die Form in warmes Waſſer, ſtürzt die Speiſe und verziert mit beliebigem Gebäck.

Struwen (Karfreitagsgericht). ½ Kilo Mehl, 60 Gramm Zucker, 60 Gramm Butter, 1 bis 2 Eier, ¼ Liter Milch, 40 Gramm Roſinen, 40 Gramm Korinthen, ¼ Kilo getrocknete Birnen, etwas Zitronenſchale, 20 Gramm Hefe.

Aus den Zutaten ſtellt man einen Hefeteig her. Nach dem Gehen ſticht man mit dem Löffel Portionen ab und gibt ſie in ſüßes Ausbackfett und bäckt dieſe braun. Die Struwen werden mit Zucker und Zimt beſtreut.

Eiſerkuchen. a) feſter Teig: 125 Gr. Mehl, 125 Gr. Zucker, 65 Gramm Butter, 1 Ei, Zimt. — b) flüſſiger Teig: ½ Kilo Mehl, ¼ Kilo Kandiszucker, ¾ Liter kochendes Waſſer, 200 Gramm Butter, 1 Ei, Zitronenſchale, Zimt.

a) Butter wird zu Sahne gerührt; Ei und Zucker fügt man hinzu und rührt das Ganze ſchaumig. Zuletzt gibt man das geſiebte Mehl und den Zimt hinzu und formt kleine Kugeln, die man auf das gut gefettete Eiſerkucheneiſen legt, platt drückt und goldgelb bäckt. — b) Der Kandiszucker wird in dem kochenden Waſſer aufgelöſt und mit allen übrigen Zutaten vermiſcht. Von dem flüſſigen Teig gibt man 1 Eßlöffel auf das gefettete Eiſerkucheneiſen.

Knappkuchen. 100 Gramm Butter, 4 Eier, 125 Gramm Zucker, 150 Gr. Mehl.

Die Butter wird zu Sahne gerührt. Eier und Zucker werden hinzugefügt und ſchaumig gerührt. Zuletzt gibt man das Mehl darunter. Auf ein erwärmtes, gefettetes Backblech wird der Teig ſo dünn wie möglich geſtrichen. Die Maſſe wird bei ſchwacher Hitze (125 bis 130 Grad) in 5 Minuten gar gebacken. Noch heiß, ſchneidet man den Kuchen mit dem Meſſer in gleichmäßige, längliche Stücke, die man vorſichtig abhebt.

Weſtfäliſcher Streuſelkuchen. ½ Kilo Mehl, 35 Gramm Hefe, ¼ Liter Milch, 100 Gramm Butter, 80 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz. Streuſel: 120 Gramm Butter, 200 Gramm Mehl, 80 Gramm Zucker, 1 Priſe Zimt.

Die Zutaten werden zum Hefeteig verarbeitet. Den Teig läßt man auf dem Backblech 2 Zentimeter hoch aufgehen, die Streuſelmaſſe wird darauf gegeben. Der Kuchen wird etwa ¾ bis 1 Stunde gebacken.

Württemberg

Riebeleſuppe. Zutaten: 1 kleines Ei, etwa 100 Gramm Mehl, 3 Liter Fleiſchbrühe.

Das Ei in einer kleinen Schüſſel verrühren, das Mehl dazu geben, unterrühren und den Teig zum Schluß auf einem Brett ſo lange kneten, bis er ganz glatt und ganz feſt iſt. Nun wird der Teig mit dem Wiegemeſſer fein gehackt und die entſtandenen Riebele auf einem Brett zum Trocknen auseinandergelegt. Kurz vor dem Eſſen ſtreut man die Riebele in kochende Fleiſchbrühe ein und läßt ſie etwa 5 bis 10 Minuten kochen.

Kartoffelſchnitz und Spätzle. Zutaten: 1 Kilo Kartoffeln, ¼ Kilo Mehl, 2 Eier, etwas Salz, Waſſer. — Zur Schmelze: 1 Stückchen Butter.

Kartoffeln waſchen, ſchälen, in Schnitze ſchneiden und im Salzwaſſer weichkochen. Von Mehl, Eier und wenig Waſſer einen feſten Teig anrühren und davon mit dem Spatzenbrettle und einem breiten Meſſer möglichſt dünne lange Spätzle in kochendes Salzwaſſer einlegen, die Spätzle einmal aufkochen laſſen, mit dem Schaumlöffel herausnehmen, in die Suppenſchüſſel geben. Sind alle Spätzle fertig, ſo gibt man die weichgekochten Kartoffeln mit etwas Brühe ebenfalls in die Suppenſchüſſel und übergießt das Ganze mit etwas brauner Butter.

Zwiebelkuchen. Zutaten: 1. Teig: ¼ Kilo Mehl, 5 Gramm Hefe, etwas Salz, 1 Eßlöffel Fett, etwas Milch. — 2. Fülle: ½ Kilo Zwiebel, 80 Gramm Speck, 80 Gramm Fett, 25 Gramm Mehl, 2 Eier, 1 Briſe Salz, ¼ Liter dicken Rahm.

Von den erſten Zutaten einen Weißbrotteig machen, dieſen gehen laſſen, dann auswellen und ein Blech damit belegen. Die in Scheiben geſchnittenen Zwiebel in Fett glaſig dämpfen, abkühlen laſſen, das Mehl mit Eier und Rahm glatt rühren, Zwiebel zugeben, die Fülle gut würzen, auf den Teigboden gießen, den Teigrand mit Eigelb beſtreichen. Den Kuchen in guter Hitze backen und heiß auf den Tiſch bringen.

Kalbfleiſch nach Stuttgarter Art. 30 Gramm Butter, 1 kleine Zwiebel, ½ Kilo Kalbfleiſch (in handtellergroße Stücke geſchnitten), 15 Gramm Mehl, Fleiſchbrühe oder Waſſer, 2 Eßlöffel Wein, ½ Eßlöffel Eſſig, etwas Bratenſoße, 1 Teelöffel Tomatenmark, Salz, 5 bis 6 Gelbe Rüben in Streifen geſchnitten, 15 ausgebohrte Kartoffeln, 125 Gramm ausgepellte Brockelerbſen, 30 Gramm Butter, Salz, 1 Priſe Zucker.

In die heiße Butter die fein geſchnittenen Zwiebeln geben, glaſig werden laſſen, das in Stücke geſchnittene Fleiſch zugeben, anbraten laſſen, Mehl darüber ſtauben, bräunlich werden laſſen, mit Fleiſchbrühe, Wein, Bratenſoße und Eſſig ablöſchen, Tomatenmark zugeben, in geſchloſſenem Topf dünſten laſſen. Wenn das Fleiſch halbweich iſt, in Streifen geſchnittene Gelbe Rüben dazugeben; ½ Stunde vor dem Anrichten die ausgebohrten Kartöffelchen zugeben. Erbſen in heißer Butter dünſten, Salz und 1 Priſe Zucker zugeben. Das Kalbfleiſch auf einer Platte oder Schüſſel erhöht anrichten, Soße darüber gießen, außen herum Gelbe Rüben und Kartöffelchen legen, Erbſen darüber ſtreuen.

Blaufelchen (gedämpft). ¾ Kilo oder 4 mittelgroße Felchen, Salz, Saft einer halben Zitrone, 4 Eßlöffel Mehl, 50 Gramm Butter, Zwiebeln und Peterſilie, fein gewiegt, 1/8 Liter Sauerrahm, 3 Eßlöffel Weißwein.

Felchen ſind faſt immer ſchon ausgenommen, deshalb gleich ſchuppen, gründlich waſchen, Rückenfloſſe etwas abſchneiden, am Rücken entlang auf beiden Seiten ſchräge Einſchnitte machen, damit Salz und Zitrone beſſer eindringen und die Fiſche ſchneller gar werden. Felchen mit Salz einreiben, mit Zitronenſaft beträufeln, in Mehl umwenden. Am beſten in einer flachen, 4eckigen Emaillepfanne, Butter heiß werden laſſen, Zwiebeln und Peterſilie darin andünſten, die in Mehl umgedrehten Fiſche hineinlegen, mit Butter übergießen, 5 Minuten unter Schütteln andämpfen, dann Rahm und Wein zugeben, in den heißen Backofen ſtellen und noch 15 Minuten dünſten laſſen. Auf einer heißen Platte anrichten, mit der abgeſchmeckten Soße übergießen, mit Peterſilie und Zitronenachteln verzieren.

Spätzle. ¼ Kilo Mehl, 2 Eier, ½ Eßlöffel Salz, knapp ¼ Liter Waſſer, kochendes Salzwaſſer.

Aus Mehl, Salz, Eier und Waſſer einen dicken, feſten Teig anrühren, mit dem Rührlöffel ſchlagen, bis er Blaſen wirft. Dann in kochendes Salzwaſſer Spätzle einlegen. Etwas Teig auf ein naßgemachtes Spatzenbrettchen legen, mit einem langen Meſſer oder Spatzenſchaber möglichſt dünne, lange Streifen abſchaben. Dazwiſchen das Meſſer immer wieder in das kochende Waſſer eintauchen. Wenn die Spätzle hochkommen und ſchwimmen, mit Schaumlöffel herausnehmen und in friſchem, heißem Waſſer gut ſchwenken. Gute Spätzle müſſen möglichſt dünn und lang und nicht ſchmierig ſein. Spätzle anrichten auf Platte. Mit in Butter geröſtetem Weckmehl überſchmälzen.

Maultaſchen (ſehr beliebt). Nudelteig, ¼ Kilo Mehl, 2 Eier, 2 bis 4 Eßlöffel Waſſer, Salz. Fülle: 150 bis 200 Gramm Bratenreſte oder Hackfleiſch, 2 alte Brötchen, 2 Eier, Salz, Zwiebeln, Peterſilie, 30 Gramm Butter, 30 Gramm Speck, ¼ Kilo Spinat.

a) Nudelteig machen: Mehl auf das Brett geben, Salz dazu, in der Mitte eine Grube machen, Eier mit Waſſer verſchlagen, hineinrühren, Teig kneten, bis er beim Durchſchneiden feine Wellenlinien zeigt. 2 gleich große Teigkuchen formen, zudecken. — b) Fülle zubereiten: Spinat waſchen, putzen, im Gemüſedämpfer oder Salzwaſſer weichkochen, durch die Hackmaſchine geben. (Eventuell kann man auch übriges, dick gekochtes Spinatgemüſe verwenden.) Zwiebeln und Peterſilie, fein gewiegt, in etwas Butter und geſchnittenem Speck andämpfen. Durch die Hackmaſchine getriebene Bratenreſte oder Hackfleiſch in eine Schüſſel geben, vorbereiteten Spinat, Zwiebeln mit Peterſilie in Fett gedämpft, eingeweichte ausgedrückte Brötchen, Salz und Eier zugeben, den Teig gut vermiſchen. — c) Maultaſchen fertigmachen: 1. Nudelteig dünn auswellen, etwas abtrocknen laſſen, den 2. Nudelteig auswellen. Fülle auf den 1. Nudelkuchen ſtreichen (nicht zu dick, am Rand 2 Zentimeter frei laſſen), 2. Nudelkuchen darauf legen, mit Teller oder Kochlöffel ſchräge Vierecke einkerben, abſchneiden. Dann die Maultaſchen in Salzwaſſer 8 bis 10 Minuten kochen. Mit geriebenem Weckmehl überſchmälzen. Wird am beſten zu Kartoffelſalat und grünem Salat gegeſſen.

Niedernauer Kartoffeln. 1 Kilo gekochte Kartoffeln, 30 Gramm Fett, 1 kleine Zwiebel, 1 bis 2 Eier, 1/8 Liter Sauerrahm, gewiegte Peterſilie, Salz.

Die gekochten Kartoffeln in ungefähr 2 Zentimeter große Würfel ſchneiden; in einer eiſernen Kachel Fett heiß werden laſſen, fein geſchnittene Zwiebeln und Kartoffeln zugeben, etwas anröſten. Dann Ei, Rahm und Salz verſchlagen, darübergießen, kurz mitröſten, gewiegte Peterſilie darüberſtreuen, anrichten. Paßt gut zu Rindfleiſch.

Geriebener Kartoffelſalat. 1 Kilo gekochte, geriebene Kartoffeln, Eſſig, Öl, Salz, Zwiebeln, ½ Taſſe warme Fleiſchbrühe oder Waſſer.

Die kalten, gekochten, geſchälten Kartoffeln in der Mandelmaſchine oder mit dem Reibeiſen reiben. Dann Eſſig, Öl, Salz, geriebene Zwiebeln und Fleiſchbrühe oder warmes Waſſer zugeben, gut vermiſchen. In einer Glasſchüſſel bergig anrichten, mit einem in Waſſer getauchten Tiſchmeſſer glatt ſtreichen und einkerben.

Nachſpeiſen.

Ofenſchlupfer. ¾ bis 1 Kilo Äpfel, 8 Brötchen, nach Belieben 30 Gramm Roſinen, ¾ bis 1 Liter Milch, 3 Eier, 80 Gramm Zucker, ½ Teelöffel Zimt, Zitronenſchale, 1 Priſe Salz, 20 Gramm Butter zu Butterflöckchen.

Geſchälte Äpfel in feine Scheiben ſchneiden, ebenſo die Brötchen. Eine Auflaufform fetten, abwechſelnd 1 Lage Weckſcheiben, 1 Lage Äpfel, etwas Roſinen einſchichten, als letzte Lage Weckſcheiben. Dann Milch, mit Eier, Zucker und Zimt verſchlagen, über die Maſſe ſchütten, ½ Stunde ziehen laſſen. Obenauf Butterflöckchen geben und im Backofen ¾ Stunden bei mittlerer Hitze aufziehen.

Karthäuſerklöße. 4 alte Milchbrote, 2 Eier, ¼ Liter Milch, 2 Eßlöffel Zucker, 1 Meſſerſpitze Zimt, 30 Gramm Mandeln, Backfett.

Milchbrote abreiben, die Mandeln ſchälen und in Stifte ſchneiden. Die übrigen Zutaten miſchen, die abgeriebenen, in 2 Teile geteilten Brötchen darin einweichen; wenn ſie gut durchgeweicht ſind, mit dem abgeriebenen Weckmehl panieren, ſchwimmend im Fett oder auf der Stielpfanne ſchön goldbraun backen, mit den Mandelſtiften ſpicken. Am beſten wird Weinſoße oder Kompott dazu gegeſſen.

Pfitzauf. 125 Gramm Mehl, ¼ Liter Milch, 3 Eier, 20 Gramm zerlaſſene Butter, 1 Priſe Salz.

Mehl mit Milch glatt rühren, Salz, Eier und zuletzt lauwarme Butter dazu geben. Die Pfitzaufformen gut fetten, mit Teig bis zur Hälfte füllen, in mittlerer Hitze backen, aus der Form nehmen und mit Zucker beſtreuen.

Faſtnachtsküchlein. 375 Gramm Mehl, 20 Gramm Hefe, zirka ¼ Liter lauwarme Milch, 80 Gramm in Scheiben geſchnittene Butter, 80 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz, 1 Ei und 1 Eigelb, Schale von 1 Zitrone.

Hefeteig herſtellen. Nach dem Gehen auf bemehltes Nudelbrett geben, zentimeterdick auswellen, in verſchobene Vierecke ſchneiden oder rädeln, wieder gehen laſſen. Dann die Küchlein mit einer Gabel ſtupfen, nicht zu viel auf einmal, in heißem Schmalz goldgelb ausbacken. Auf einem Tuch oder Löſchpapier entfetten, mit Zucker und Zimt beſtreuen.

Waffeln. 80 bis 100 Gramm Butter, 5 Eier getrennt, ¼ Kilo Mehl, ½ Liter Sauerrahm, ½ Teelöffel Salz, Zucker zum Beſtreuen. (Eventuell kann man ſtatt Rahm Milch und etwas weniger Butter nehmen.)

Butter ſchaumig rühren, abwechſelnd Eigelb, Rahm und Mehl zugeben; zuletzt den ſteifen Eiſchnee und 1 Priſe Salz. Das Waffeleiſen erhitzen, gut auf beiden Seiten mit Speck beſtreichen, dann den Teig einfüllen und die Waffeln bei guter Hitze ſchön goldgelb backen, mit der Schere glatt ſchneiden, mit Zucker und Zimt beſtreuen.

Kaffeeküchle. ¼ Liter Milch, 60 Gramm Butter, 1 Priſe Salz, 1 Eßlöffel Zucker, 125 Gramm Mehl, 4 Eier.

Milch mit Butter, Salz und Zucker kochen laſſen, Mehl zugeben, zu einem Kloß abrühren, vom Feuer nehmen, 1 Ei gleich, die andern nach dem Erkalten darunterrühren. Auf ein gefettetes Blech mit 2 Eßlöffeln kleine Häufchen formen oder den Teig in einen Spritzbeutel füllen und die Küchle ſpritzen. In guter Hitze backen, nach dem Erkalten in der Mitte durchſchneiden, mit Schlagrahm oder Creme füllen oder ungefüllt zum Kaffee geben.

Kuchen.

Träubleskuchen oder Johannisbeerkuchen. Butterteig: ¼ Kilo Mehl, 100 bis 125 Gramm Butter, 70 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz, 1 Ei. Guß: 5 Eiweiß, 150 bis 200 Gramm Mandeln, geſchält und gerieben, Schale und Saft von ½ Zitrone, 250 Gramm Zucker. Belag: 4 Eßlöffel Weckmehl, 1 Kilo Träuble, 6 Eßlöffel Zucker.

a) Butterteig herſtellen: Alle Zutaten auf dem Brett raſch zuſammenkneten, Teig kalt ſtellen. Nach dem Erkalten auswellen, auf Kuchenblech legen, 3 Zentimeter breiten Rand ſtehen laſſen. — b) Guß: Eiweiß zu Schnee ſchlagen, geriebene Mandeln, Zucker, Zitrone auf einmal dazugeben und vorſichtig untermiſchen, nicht rühren. — c) Kuchen fertig machen: Auf das mit Teig belegte Kuchenblech Weckmehl ſtreuen und 4 Eßlöffel von dem Guß darauf ſtreichen. Unter die Hälfte des übrigen Guſſes die ſchwach gezuckerten Beeren miſchen und auf den Kuchenboden gleichmäßig verteilen, den übrig gebliebenen Guß über den Kuchen geben, ſchön glatt ſtreichen. Kuchen bei Mittelhitze backen. Oben mit Papier belegen, damit der Mandelguß nicht zu raſch braun wird. Auf dieſelbe Art kann Kuchen von Rhabarber, Erdbeeren und Äpfeln (fein geſchnitten) gemacht werden.

Hefenkranz. 1 Kilo Mehl, 160 Gramm Butter (nach Belieben ⅓ davon Schweinefett), 160 Gramm Zucker, 30 Gramm Hefe, ⅜ Liter Milch, 8 bis 10 Gramm Salz, 2 Eier, Zitronenſchale, 50 Gramm Mandeln, 50 Gramm Roſinen, 1 Eigelb zum Streichen.

Einen mittelfeſten, aber nicht zu weichen Hefenteig machen. Zum Schluß ⅔ der geſchälten, geſchnittenen Mandeln und die gewaſchenen Roſinen einkneten. Nach dem Gehen den Teig in 3 Teile teilen und dieſe auf einem Brett zu langen Strängen ausrollen, dann von der Mitte aus nach beiden Seiten zu einem Zopf flechten. Dann den Zopf kranzförmig auf ein gefettetes Blech legen, in die Mitte eine beſtrichene Büchſe oder eine kleine Schüſſel legen, damit der Kranz die Form behält, gehen laſſen, mit Eigelb beſtreichen und mit den übrigen fein geſchnittenen Mandeln beſtreuen, bei Mittelhitze ſchön braun backen.

Högenmakronen. 4 Eiweiß, 300 Gramm geſiebten Puderzucker, 2 Eßlöffel Högenmark, Saft und Schale von ¼ Zitrone, 400 bis 450 Gramm geſchälte geriebene Mandeln.

Das Eiweiß zu ſteifem Schnee ſchlagen, Zucker zugeben, und ſo lange rühren, bis die Maſſe dick wird (10 bis 15 Minuten), dann ½ Taſſe zur Glaſur wegnehmen, Zitrone, Högenmark und geriebene Mandeln zugeben. Mit 2 Kaffeelöffeln längliche Makronen formen, auf Oblaten ſetzen, in der Mitte eine kleine längliche Vertiefung machen, dieſe mit Glaſur ausfüllen. Dann Makronen 2 bis 3 Stunden abtrocknen laſſen und bei ſchwacher Hitze backen.

Zimtſterne. 4 Eiweiß, 300 Gramm Puderzucker, 125 Gramm ungeſchälte, geriebene Mandeln, 10 Gramm Zimt, Saft und Schale von ½ Zitrone.

Eiweiß zu Schnee ſchlagen, Puderzucker zugeben und rühren, bis die Maſſe dick wird und nicht mehr vom Löffel läuft. Von dieſer Maſſe 1 Taſſe zum Glaſieren zurücklaſſen, mit feuchtem Tuch bedecken, da ſie ſonſt hart wird, dann Mandeln, Zimt und zuletzt Zitronenſaft und Schale zugeben. (Gibt man den Zitronenſaft ſchon zu, ehe der Guß weggenommen wird, ſo wird die Glaſur rauh und grießlich.) Von der fertigen Maſſe kleine Stücke auf ein bezuckertes Brett nehmen, vorſichtig etwa fingerdick ausſtechen, auf ein gewachſtes Blech ſetzen, abtrocknen laſſen, mit der zurückgebliebenen Glaſur mit Hilfe eines Obſtmeſſers beſtreichen oder die Glaſur in ein Papierdütchen füllen und aufſpritzen. In ſchwacher Hitze backen.

Butter-S. ¼ Kilo Mehl, 125 Gramm Butter, 65 Gramm Zucker, 3 bis 4 Eigelb (dazu können die bei den Makronen übrigen Eigelb verwendet werden).

Alle Zutaten auf dem Nudelbrett zuſammenarbeiten (wie bei Butterteig), Teig kalt ſtellen. Kleine Stückchen abſchneiden, ausrollen, S formen, auf ein Blech ſetzen, über Nacht ſtehen laſſen, am nächſten Tag in verſchlagenes Eiweiß und Hagelzucker oder geſchälte geriebene Mandeln tauchen, bei Mittelhitze backen.

Springerle. ½ Kilo Zucker, ½ Kilo Mehl (feinſtes, trockenes, angewärmtes und geſiebtes Weizenmehl), 4 Eier, 1 kleine Meſſerſpitze Hirſchhornſalz, Zitronenſchale. — Für das Blech: Butter zum Streichen, und Anis zum Beſtreuen.

Eiweiß zu Schnee ſchlagen, abwechſelnd Eigelb und Zucker zugeben, ½ Stunde am beſten in einer Rührſchüſſel rühren, dann Zitronenſchale, Hirſchhornſalz und das vorbereitete Mehl dazu. Den Teig auf dem Nudelbrett kneten, bis er ganz fein iſt. 1 Stunde kalt ſtellen, auswellen, ½ Zentimeter dick, Springerleform mit Mehl beſtreuen, Teig eindrücken, ausſtechen oder ausſchneiden, auf das beſtrichene, mit Anis beſtreute Blech ſetzen, überflüſſiges Mehl abpinſeln, über Nacht ſtehen laſſen. Wenn der Teig zu trocken iſt, vor dem Backen das Blech mit leichtem Zuckerwaſſer beſtreichen, damit die Springerle Füßchen bekommen. Bei ganz leichter gleichmäßiger Hitze hell backen.

Original Wiener Rezepte

Einlagen für Suppen

Grießnockerlſuppe. 20 Gramm Butter oder Margarine, 50 Gramm Weizengrieß, ½ Ei, Salz, 1 Liter Rindſuppe.

Man rührt die Butter ſchaumig, gibt das verſprudelte Ei langſam dazu, dann den Grieß, ſalzt die Maſſe und läßt ſie 10 Minuten anſaugen. Hierauf formt man Nockerl, legt ſie in kochendes, geſalzenes Waſſer ein und läßt ſie zugedeckt 10 Minuten kochen, gibt dann 1 Schöpflöffel kaltes Waſſer zu und ſchiebt die Kaſſerolle ſeitwärts am Herdrand und läßt die Nockerl noch 10 Minuten ziehen, wodurch ſie locker auflaufen. Vor dem Auftragen werden die Nockerl mit Rindsſuppe übergoſſen.

Speckgrießknöderlſuppe. 30 Gramm Speck, ⅛ Liter Milch, 60 Gramm Grieß, ½ Ei, Salz, 1 Liter Rindſuppe.

Der geräucherte Speck wird klein würfelig geſchnitten, goldgelb geröſtet, dann mit Milch aufgegoſſen und ſobald dieſe aufkocht, rührt man den Grieß zu einem dicken Brei ein, ſolange bis ſich die Maſſe vom Löffel löſt. Erkaltet gibt man das Ei und etwas Salz dazu, formt kleine Knödel (2 cm Durchmeſſer) daraus, die man in leicht ſiedendem geſalzenem Waſſer oder in der fertigen Rindſuppe vorſichtig 8-10 Minuten kocht. Hat man eine kräftige echte Rindſuppe, ſo gibt man die fertigen Knödel kurz vor dem Anrichten hinein. Bei einer ſchwachen falſchen Rindſuppe iſt es vorteilhafter, die Knödel gleich in die Suppe einzukochen, weil ſie dadurch an Geſchmack gewinnt.

Parmeſanreisſuppe. 20 Gramm Butter oder Margarine, ½ Ei, 30 Gramm Parmeſan oder Reibkäſe, 20 Gramm Bröſel, Salz, 1¼ Liter Rindſuppe.

In einen Abtrieb aus Butter und Ei gibt man den geriebenen Käſe, die Bröſel und wenn notwendig etwas Salz, vermiſcht die Maſſe gut und drückt ſie durch ein umgekehrtes Reibeiſen in die ſiedende fertige Rindſuppe und läßt ſie höchſtens 2 Minuten kochen.

Dieſe Suppeneinlage eignet ſich gut für eine einfache Knochenbrühe, weil der Käſegeſchmack die Suppe kräftiger macht.

Leberknödelſuppe. 80 Gramm Leber und Milz, 1 Semmel, 30 Gramm Fett, etwas Zwiebel und grüne Peterſilie, Salz, Pfeffer, Majoran, ½ Ei, 30 Gr. Bröſel, 1¼ Liter Suppe.

Rindsleber und Milz wird geſchabt und mit der in Waſſer erweichten, gut ausgedrückten Semmel paſſiert oder faſchiert. Dann gibt man die feingehackte geröſtete Zwiebel und Peterſilie dazu, Salz und die Gewürze und die Semmelbröſel und läßt die Maſſe anſaugen. Hierauf formt man Knödel daraus (4 cm Durchmeſſer), die man in der fertigen hellen Rindſuppe 10 Minuten vorſichtig kochen läßt.

Man kann aus derſelben Lebermaſſe auch Nockerl formen oder wenn man etwas weniger Bröſel dazu miſcht, ſie wie bei dem Parmeſanreis durch ein Reibeiſen in die Suppe einkochen (= Leberreisſuppe).

Milzcrontonſuppe (= Milzſchnittchen): 50 Gramm Rindsmilz, 10 Gramm Fett, Zwiebel und grüne Peterſilie, 20 Gramm Butter, ½ Ei, Salz, Pfeffer, 2 Semmeln, 100 Gramm Fett.

In einen Abtrieb aus Butter und Ei gibt man die geſchabte paſſierte rohe Milz, die in Fett geröſtete fein gehackte Zwiebel und Peterſilie und würzt mit Salz und Pfeffer. Man ſtreicht die Maſſe auf ½ cm dicke Semmelſchnitten und bäckt ſie auf beiden Seiten, indem man ſie mit der belegten Seite zuerſt ins heiße Fett legt. Sie werden noch heiß zur fertigen Rindſuppe gereicht.

Tirolerſchöberlſuppe. 30 Gramm Butter, 1 Dotter, 1½ Semmeln, grüne Peterſilie, 40 Gramm Selchfleiſch, Salz, 1 Klar Schnee, 1 Liter Rindſuppe.

Zur ſchaumig gerührten Butter gibt man den Dotter, die eingeweichten, gut ausgedrückten, paſſierten Semmeln, feingehackten Schinken oder Selchfleiſch, grüne Peterſilie, etwas Salz und den feſten Schnee des Eiklars. Die Maſſe wird in einer gut befetteten, mit Mehl beſtaubten kleinen Torten- oder Schöberlform gebacken und in Würfel geſchnitten zur Rindſuppe gereicht.

Kohlſchöberlſuppe wird ebenſo zubereitet, nur gibt man noch zu den Zutaten etwas nudelig geſchnittenen, gekochten Kohl (ungefähr 100 Gramm).

Grießſchöberlſuppe. 1/10 Liter Milch, 30 Gramm Butter, 50 Gramm Grieß, 2 Dotter, 2 Klar, Salz, 1 Liter Rindſuppe.

Die Milch wird mit der Butter zugeſtellt, geſalzen und wenn ſie aufkocht, rührt man den Grieß ein und kocht ihn zu einer dicken Maſſe. Erkaltet gibt man die Dotter dazu und zuletzt den feſten Schnee der Klar. Man bäckt das Schöberl in einer gut befetteten, beſtäubten Form und ſchneidet es überkühlt zu Würfeln. Man kann die Maſſe auch mit einem Ei machen als Sparrezept.

Lungenſtrudelſuppe. 200 Gramm Schweins- oder Kalbslunge, Salz, Pfefferkörner, etwas Zwiebel, 10 Gramm Fett, 20 Gramm Zwiebel und grüne Peterſilie, Salz, Pfeffer, Majoran.

Strudelteig: 120 Gramm Mehl, ½ Ei, Salz, 1/16 Liter lauwarmes Waſſer. Man bereitet einen Strudelteig, indem man das Mehl mit dem Ei, Salz und dem Waſſer gut vermiſcht, ſehr glatt knetet und mit einer erwärmten Schüſſel zugedeckt eine ½ Stunde am Brett raſten läßt. Dann wird er dünn ausgezogen, mit untenſtehender Fülle beſtreut, eingerollt mittels eines bemehlten Kochlöffelſtieles, in 4 Stücke geteilt, die man mit dem Meſſer durchſchneidet, die Täſchchen gut ſchließt und in geſalzenem Waſſer langſam 10 Minuten kocht.

Lungenfülle: Die ins geſalzene, mit Pfefferkörnern und Zwiebelſcheiben verſetzten Waſſer weichgekochte Lunge wird faſchiert oder fein gehackt, mit in Fett geröſteter fein gehackter Zwiebel und Peterſilie und den Gewürzen vermiſcht. Man kann ſtatt der Lunge auch gekochte Rindfleiſchreſte verwenden und den Strudel auch am Blech im Rohr backen und dann in kleine Stücke geteilt in der fertigen Rindſuppe anrichten (= Fleiſchſtrudel).

Reiskohlſuppe. 1 kleines Stück Kohl, Wurzelwerk (1 Stück gelbe Rübe, 1 Stück Peterſilienwurzel, ¼ Stück Sellerie), 4 Eßlöffel Reis, 40 Gramm Butter, Salz, 1 Liter falſche Rindſuppe oder Knochenbrühe.

In heißer Butter oder Margarine läßt man das fein nudelig geſchnittene Wurzelwerk und den nudelig geſchnittenen Kohl unter Zugabe von etwas Waſſer weich dünſten, gibt dann den Reis dazu und ſoviel heißes, geſalzenes Waſſer, daß die Zutaten gut damit bedeckt ſind und läßt den Reis weich werden. Dann wird mit der Knochenbrühe oder gewöhnlichem Waſſer zur Suppenmenge aufgegoſſen und dieſe noch kurz verkocht.

Haferflockenſuppe. 40 Gramm Butter, 4 Eßlöffel Haferflocken, 1 Liter kräftige Rindſuppe, 1 Dotter zum Legieren.

In der heißen Butter läßt man die Haferflocken unter ſtändigem Rühren goldgelb röſten und gießt dann die fertige heiße Rindſuppe zu und läßt ſie gut verkochen. Man würzt mit Salz und kann zur Verbeſſerung die Suppe mit einem Dotter legieren. Das heißt, man gibt etwas Suppe in eine Schale und wenn ſie ausgekühlt iſt, verſprudelt man den Dotter darin und miſcht dies vor dem Anrichten zur heißen Suppe. Die mit Dotter vermiſchte Suppe darf nicht mehr aufkochen, ſonſt gerinnt das Eiweiß.

Gollaſchſuppe. 40 Gramm Fett, 100 Gramm Zwiebeln, Paprika, 1 Liter Eſſig, 200 Gramm Rindfleiſch, Salz, Kümmel, Majoran, 30 Gramm Mehl, 200 Gramm Kartoffeln.

Im heißen Fett wird fein gehackte Zwiebel goldgelb geröſtet, dann kommt der Paprika dazu und etwas Eſſig, das klein würfelig geſchnittene Fleiſch, Salz, Kümmel, Majoran und Waſſer. Sobald das Fleiſch weich iſt, wird der Saft eingedampft, mit Mehl geſtäubt, nach dem Anröſten aufgegoſſen und gut verkocht. Die Kartoffeln werden gekocht, zu Würfeln geſchnitten, zuletzt zur fertigen Suppe gegeben.

Man kann die Gollaſchſuppe auch aus Schöpſenfleiſch machen.

Falſche Suppen

Kartoffelbreiſuppe. ½ Kilo Kartoffeln, 30 Gramm Butter, 20 Gramm Mehl, grüne Peterſilie, ⅛ Liter Milch, Selchſud, Salz, 150 Gramm Kartoffelwürfel, 80 Gramm Selchfleiſch.

Die Kartoffeln werden gekocht, geſchält, paſſiert, in eine lichte Einmach gegeben, mit dem Selchſud und der Milch aufgegoſſen, gut verkocht und mit Salz und ein wenig Pfeffer gewürzt.

Als Einlage gibt man gekochte Kartoffel- und Selchfleiſchwürfel.

Käſeſuppe. 40 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, 40 Gramm Parmeſan- oder Reibkäſe, Salz, Schnittlauch, 40 Gramm Makkaroni, 1 Dotter zum Legieren.

In eine gut verkochte Einmachſuppe gibt man kurz vor dem Anrichten den geriebenen Parmeſankäſe dazu und läßt ihn bloß einmal aufkochen. Die Makkaroni werden weich gekocht und zu kleinen Stückchen geſchnitten, als Einlage in die Suppe gegeben. Man verbeſſert ſie noch mit gehacktem Schnittlauch und legiert ſie mit einem Dotter. Iſt eine ſehr nahrhafte Krankenſuppe.

Paſſierte Kohlſuppe. 40 Gramm Fett, 40 Gramm Mehl, Zwiebel und Peterſilie, 1 Stück Kohl, Salz, Pfeffer, 200 Gramm Kartoffeln.

In eine lichte Einbrenne verrührt man den in Salzwaſſer gekochten, paſſierten Kohl und gießt die Suppe mit dem Gemüſewaſſer auf und läßt ſie gut verkochen. Man würzt mit Salz und Pfeffer. Eine halbe Stunde vor Tiſch gibt man die geſchälten, klein würfelig geſchnittenen Kartoffeln in die Suppe und kocht ſie darin weich.

Klare Bohnenſuppe. 200 Gramm Bohnen, 50 Gramm Speck, 2 Spalten Knoblauch, etwas Zwiebel und grüne Peterſilie, 1¼ Liter Waſſer, 80 Gramm Reis oder Teigwaren.

Die weißen kleinen Suppenbohnen werden weich gekocht. Wenn ſie halbweich ſind, gibt man den fein zerhackten Speck, den zerdrückten Knoblauch und die feingehackte Zwiebel und Peterſilie dazu und läßt dieſe Zutaten vollſtändig in der Bohnenſuppe verkochen. Kurz vor dem Anrichten gibt man den Reis oder kleine Teigwaren zur Suppe und kocht auch dieſe darin weich.

Fiſchbeuſchelſuppe. Fiſchabfälle wie Kopf, Floſſen und die Gräten, Waſſer, Salz, Eſſig, Pfeffer- und Gewürzkörner, 50 Gramm Schweinefett, Wurzelwerk, Zwiebel, Lorbeerblatt, Thymian, Zitronenſchalen, 40 Gramm Mehl, 1/16 Liter Rahm, 100 Gramm Fiſchrogen, Eſſigwaſſer.

Die Fiſchabfälle eines Süßwaſſerfiſches (Karpfen, Hecht etc.) werden in einem mit Eſſig geſäuerten, gewürzten Waſſer gekocht. In heißem Fett wird das geriebene Wurzelwerk, die fein gekochte Zwiebel hellgelb geröſtet, dann gibt man das Mehl dazu, röſtet es auch an und gießt mit dem Fiſchſud zur Suppe auf, gibt die Gewürze dazu und läßt ſie gut verkochen. Der Fiſchrogen wird in leichtem Eſſigwaſſer gekocht und kommt mit dem vom Fiſchkopf gelöſten Fleiſche als Einlage in die fertige Suppe. Gebähte Semmelſchnitten ſerviert man dazu.

Fleiſch- und Fiſchſpeiſen

Wiener Schnitzl. 600 Gramm Kalbfleiſch (Schlegel), Salz, 50 Gramm Mehl, 1 Ei, 80 Gramm Bröſel, ¼ Kilo Schweinefett, 1 Zitrone.

Das Kalbfleiſch wird zu Schnitzel geteilt, dieſe am Rande mehrmals eingeſchnitten, leicht geklopft, geſalzen und kurz vor dem Anrichten in Mehl, dem verſprudelten Ei (man kann es mit 1 Löffel Waſſer verdünnen) und den Bröſeln paniert, im heißen Fett gebacken. Man darf die Bröſel nicht zu feſt an das Fleiſch andrücken und muß die fertig panierten Schnitzel ſofort aus dem Fett herausbacken, ſonſt werden ſie trocken und zähe. Echte Wiener Schnitzl ſerviert man nur mit Zitronenſcheiben belegt, niemals mit einer Tunke.

Als Beilage gehört Salat in der verſchiedenſten Art.

Man kann Wiener Schnitzl auch aus Sparſamkeitsgründen aus Schweinefleiſch bereiten.

Naturſchnitzel. 600 Gramm Kalbfleiſch (Schlegel), Salz, 30 Gramm Mehl, 80 Gramm Fett, 20 Gramm Butter, etwas Suppe.

Die Schnitzel werden am Rande mehrmals eingeſchnitten, geklopft, geſalzen, auf einer Seite in Mehl getaucht und mit dieſer zuerſt in das heiße Fett gelegt und auf beiden Seiten goldbraun gebraten. Dann wird der Bratenſaft entfettet, mit Butter und etwas Suppe aufgekocht und über die Schnitzel gegoſſen.

Beilagen dazu ſind: Reis, Gemüſe, Teigwaren, Kartoffeln, Salate und Kompotte.

Paprikaſchnitzel. 600 Gramm Kalb- oder Schweinsſchnitzel, Salz, 30 Gramm Speck, 60 Gramm Fett, 50 Gramm Zwiebel, Paprika, 20 Gramm Mehl, $^1/_8$ Liter ſaurer Rahm.

Die Schnitzel werden geklopft, die Haut am Rande eingeſchnitten, geſalzen, mit nudelig geſchnittenem Speck geſpickt und im heißen Fett auf beiden Seiten raſch angebraten und dann in folgender Paprikaſoße weich gedünſtet. Im reſtlichen Fett, das von dem Anbraten der Schnitzel zurückblieb, röſtet man feingehackte Zwiebel goldgelb, gibt eine Meſſerſpitze Paprika dazu, dann das Mehl, röſtet dies gut an, gießt mit Waſſer oder Suppe auf, läßt die Soße aufkochen, ſalzt ſie und verbeſſert mit Rahm.

Wenn der Saft zu wenig rot iſt, kann man mit in Waſſer gelöſtem Roſenpaprika oder etwas Paradiesmark nachfärben.

Beilagen dazu ſind: Reis, Nockerl, Nudeln oder Kartoffeln.

Wiener Saftgollaſch. ½ Kilo Rindfleiſch, 300 Gramm Zwiebel, 50 Gramm Fett, 1 kl. Kaffeelöffel Roſenpaprika, $^1/_{16}$ Liter Waſſer, etwas gehackten Kümmel, Majoran, 1 Kaffeelöffel feſtes Paradiesmark, 1 Spalte Knoblauch.

Im heißen Fett wird die feinblättrig geſchnittene Zwiebel hellgelb geröſtet, dann gibt man den Paprika, das Waſſer, das zu Würfeln geſchnittene, geſalzene Fleiſch, die übrigen Würzſtoffe dazu und läßt dies 1—1½ Stunden dünſten. Man gießt ſoviel Waſſer zu, daß das Fleiſch damit bedeckt iſt. Dieſes Gollaſch wird nicht mit Mehl geſtaubt, der Saft wird durch die verkochte Zwiebel gebunden. Man kann einen halben roh geriebenen Kartoffel oder ein Stückchen Brotrinde mitkochen laſſen, dann wird der Saft etwas dicker.

Man gibt als Beilage dazu: Kartoffeln, Eſſiggurken, Nockerl.

Gefüllte, gerollte Roſtbraten. 2 Stück große Roſtbraten (= 500 Gramm), Salz, Pfeffer.

Fülle: 40 Gr. Speck, 50 Gr. Selchfleiſch, 2 Stck. Eſſiggurken, 1 Stck. Sardelle.

Soße: 40 Gramm Fett, 20 Gramm Mehl, $^1/_8$ Liter Rahm.

Die Roſtbraten werden von den Knochen befreit, geklopft, geſalzen, gepfeffert, mit in lange ſchmale Streifen geſchnittenem Speck, Selchfleiſch, Eſſiggurken und geputzten Sardellen belegt, eingerollt, mit Spagat gebunden und im heißen Fett erſt allſeitig angebraten und dann unter Zugießen von Waſſer oder Suppe weich gedünſtet, worauf man ſie aus dem Saft nimmt, dieſen eindampfen läßt, dann darin das Mehl röſtet und zur Soße aufgießt. Dieſe wird zuletzt mit Rahm verbeſſert und mit etwas Salz und Eſſig abgeſchmeckt.

Kleine reſtliche Stückchen der Fülle werden fein gehackt zur Soße gegeben und darin verkocht.

Als Beilage gibt man: Nudeln, Nockerl, Reis und Kartoffeln.

Tiroler Leber. 300 Gramm Kalbsleber, Pfeffer, 10 Gramm Mehl, 40 Gramm Fett, 30 Gramm Zwiebel, 10—20 Gramm Mehl, 5 Gramm Kapern, Zitronenſchalen, etwas Rahm, Eſſig und Salz.

Die Leber wird zu ½ cm dicke Scheiben geſchnitten, mit einer Seite in Mehl getaucht und raſch abgebraten. In demſelben reſtlichen Fett röſtet man die feingehackte Zwiebel goldgelb, dann das Mehl und gießt mit Waſſer oder Suppe auf. In die Soße gibt man die feingehackten Kapern und Zitronenſchalen, verbeſſert ſie mit Rahm, würzt ſie mit Salz und etwas Eſſig und läßt ſie gut aufkochen. Kurz vor dem Anrichten legt man die gebratene Leber hinein und bringt ſie heiß zu Tiſch.

Beilagen: Reis, Kartoffelſchmarrn.

Gebackene Leber.

Die Leberſchnitzel werden in Mehl, Ei und Bröſel paniert, in heißem Fett wie Wiener Schnitzel gebacken, dann erſt geſalzen und mit Zitronenſcheiben belegt angerichtet. Man gibt Eſſiggurken oder verſchiedene Salate als Beilage. Auch Kartoffelpüree eignet ſich dazu.

Geröſtete Leber.

In heißem Fett wird zuerſt ziemlich viel ringelig geſchnittene Zwiebel und dann die zu Scheiben geſchnittene Leber geröſtet und erſt knapp vor dem Anrichten mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Schöpſenſchlegel auf Wildbretart. ¾ Kilo Schöpſenſchlegel (= Keule), Salz, Pfeffer, Wacholderbeeren, 40 Gramm Speck, 50 Gramm Fett, Wurzelwerk, Zwiebel, etwas Thymian, Ingwer, Muskatnuß, Lorbeerblatt, Pfeffer- und Gewürzkörner, Zitronenſchalen, 20 Gramm Mehl, $^{1}/_{16}$ Liter Rahm, Zitronenſaft, 1 Löffel Rotwein und Preißelbeeren oder Ribiſelſulz (Gelée).

Das Schöpſenfleiſch wird von den Knochen befreit, enthäutet, entfettet, geſalzen und mit geſtoßenem Pfeffer und Wacholderbeeren eingerieben. Im heißen Fett röſtet man blättrig geſchnittenes Wurzelwerk und Zwiebel, bratet das Fleiſch darauf an, gießt etwas Waſſer oder Suppe zu und läßt es unter fleißigem Begießen mit dem Safte im Rohr halbweich werden. Dann nimmt man das Fleiſch aus der Pfanne, läßt den Saft eindampfen, gibt das Mehl dazu, röſtet dies gut an und gießt zur Soße auf, gibt kleine Mengen der angegebenen Gewürze hinein und verkocht ſie. Zur Verbeſſerung gibt man auch Rahm, Rotwein, Preißelbeeren oder Ribiſelſulz dazu und würzt noch mit Salz und Zitronenſaft. Man gibt das Fleiſch nochmals zur Soße zurück und läßt es darin fertig dämpfen. Zuletzt wird die Soße paſſiert über das Fleiſch angerichtet.

Beilagen dazu ſind: Nudeln, Knödel, Reis, Kartoffeln und Preißelbeerkompott. Auf dieſe Zubereitungsart wird auch Wildfleiſch zubereitet.

Wildgullaſch (Gulyas). 400 Gramm Wildfleiſch (Reh- oder Hirſchſchulter), Salz, Pfeffer, Wacholderbeeren, 50 Gramm Fett, Wurzelwerk, Zwiebel, Paprika, 20 Gramm Mehl.

Das ganze Fleiſchſtück wird geſalzen und mit geſtoßenem Pfeffer und Wacholderbeeren eingerieben und dann zu Würfel geſchnitten. Im heißen Fett röſtet man geriebenes Wurzelwerk und gehackte Zwiebel, gibt etwas Paprika zu und einen Löffel Eſſig, dann das vorbereitete Fleiſch hinein, vermiſcht es gut und dünſtet es mit Zugabe von etwas Waſſer oder Suppe. Iſt es weich, gibt man das Mehl dazu, röſtet dies gut an, gießt auf und läßt die Speiſe noch gut verkochen und würzt ſie, wenn notwendig, mit Salz und im Waſſer gelöſten Paprika nach.

Eingemachtes Kalbfleiſch. 400 Gramm Kalbsſchulter, Salz, 50 Gramm Butter. Einmach: 30 Gramm Butter, 30 Gramm Mehl, große Peterſilie, 1 R. Karfiol.

Das Fleiſch wird zu Stücken geſchnitten, geſalzen und in heißer Butter gebraten und wenn es Farbe zeigt, mit Waſſer oder Suppe aufgegoſſen und weich gedünſtet. Inzwiſchen bereitet man eine lichte Einmach, verkocht ſie dick und gibt dann das gedünſtete Kalbfleiſch ſamt dem Bratenſaft dazu. Gekochte, zerteilte Karfiolröschen und wenn die Jahreszeit es erlaubt, auch grüne Erbſen oder zarte gekochte Karottenwürfel, gibt man in die fertige Fleiſchſpeiſe. Man richtet die Speiſe mit kleinen gekochten Bröſelknödel an und macht ſie ſomit ſehr ausgiebig.

Wiener Kalbsbeuſchel. ¾ Kilogramm Kalbs- oder Schweinslunge; Wurzelſud-Salzwaſſer, Eſſig, Wurzelwerk, Pfeffer und Gewürzkörner, 30 Gramm Zwiebel; 60 Gramm Schweinefett, 60 Gramm Mehl, 5 Gramm Zucker, Zwiebel und Peterſilie, Zitronenſchalen, Thymian, Lorbeerblatt, 5 Gramm Kapern, 1 Sardelle, Zitronenſaft, Salz, 1/8 Liter Rahm.

Die Lunge (und auch ein Stück Herz und etwas von der Luftröhre) wird in einer gut abgeſchmeckten Beize weich gekocht und überkühlt dünn nudelig geſchnitten. Im heißen Fett bräunt man den Zucker und röſtet die fein gehackte Zwiebel und Peterſilie darin, dann das Mehl hellbraun und gießt mit dem geſeihten Wurzelſud (Beize) auf und gibt alle angegebenen Gewürze und Geſchmackſtoffe fein gehackt dazu und läßt die Soße gut verkochen. Die geſchnittene Lunge kommt in die fertig gewürzte Einbrenn und muß noch eine Zeit mitkochen. Mit Rahm betropft, wird die Speiſe angerichtet.

Als Beilagen gibt man: Semmelknödel, Grießſtrudel.

Reisfleiſch (Eintopfgericht). 30 Gramm Schweinefett, 20 Gramm Speck, 120 Gramm Zwiebel, Roſenpaprika, 500 Gramm Kalbs- oder Schweinsſchulter, Salz, 300 Gramm Reis, 30 Gramm Parmeſan.

Im heißen Fett wird kleinwürfelig geſchnittener Speck, dann feingehackte Zwiebel goldgelb geröſtet, hierauf gibt man etwas Paprika, das großwürfelig geſchnittene, geſalzene Fleiſch dazu und läßt dies erſt im eigenen Saft halbweich dünſten. Nun wird der Reis dazugegeben und ſoviel Waſſer, daß dieſes 2 Finger hoch überdeckt iſt und wird mit dem Fleiſch weich gedämpft. Vor dem Anrichten mengt man die Hälfte des geriebenen Käſes darunter und ſtreut den reſtlichen Teil darüber.

Als Beilage gibt man grünen Salat.

Krautfleiſch (Eintopfgericht). 500 Gramm Schweinefleiſch (Schulter- oder Bauchfleiſch), 30 Gramm Fett, 60 Gramm Zwiebel, Paprika, Eſſig, Kümmel, Salz, ½ Kilogramm Sauerkraut, 1 Stück Kartoffel, 1/16 Liter Rahm.

Im heißen Fett wird die feingehackte Zwiebel hellgelb geröſtet, dann gibt man eine Meſſerſpitze Paprika, etwas Eſſig und das zu größeren Würfeln geſchnittene geſalzene Fleiſch dazu, den gehackten Kümmel und dünſtet es unter Zugabe von etwas Waſſer. Iſt das Fleiſch halbweich, gibt man das Sauerkraut dazu und läßt es damit vollſtändig weich dämpfen. Kurz vor dem Anrichten kommt der geſchälte, roh geriebene Kartoffel dazu, allenfalls auch etwas Rahm und wenn notwendig, noch etwas in Waſſer gelöſter Paprika und man läßt alles noch gut verkochen.

Steiriſches Wurzelfleiſch (Eintopfgericht). 500 Gramm Rindfleiſch, Wurzelwerk, Zwiebel, Eſſigwaſſer, Salz, Pfeffer und Gewürzkörner; ¾ Kilogramm Kartoffeln, Salz.

Man bereitet einen gut gewürzten, nicht zu ſcharfen Eſſigſud, gibt das nudelig geſchnittene Wurzelwerk (Peterſilienwurzel, gelbe Rübe und Sellerie), eine halbe blätterig geſchnittene Zwiebel, die Gewürze und Salz dazu und das zu Würfeln geſchnittene Rindfleiſch und läßt es in dem Sud weich kochen. Ungefähr eine halbe Stunde vor Tiſch gibt man die geviertelten geſchälten Kartoffeln dazu und läßt ſie darin garkochen.

Das Fleiſch wird mit dem Wurzelwerk und den Kartoffeln angerichtet und mit dem Sud übergoſſen.

Zu dieſer Zubereitung eignet ſich auch ſehr gut Schöpſenfleiſch und man nennt das Gericht dann „Steiriſches Schöpſernes“.

Bereitet man dieſe Speiſe aus Schweinefleiſch (meiſt fettes Jungſchweinefleiſch), dann wird das Fleiſchſtück im ganzen im Sud gekocht und zu Scheiben geſchnitten, mit Kren beſtreut, dem Wurzelwerk belegt und den Kartoffeln garniert als „Krenfleiſch“ bezeichnet, ſerviert.

Makkaronifleiſch. 500 Gramm Kalbs- oder Schweinsſchulter, 30 Gramm Fett, 50 Gramm Zwiebel, 20 Gramm Mehl, 50 Gramm Paradiesmark, 250 Gramm Makkaroni, Salz, 30 Gramm Parmeſan.

Das Fleiſch wird zu kleinen Stücken geſchnitten, geſalzen und im heißen Fett, in dem man fein gehackte Zwiebel hellgelb röſten ließ, unter Zugabe von etwas Waſſer oder Suppe weich gedämpft. Wenn das Fleiſch weich iſt und der Saft klar, ſtäubt man mit Mehl, röſtet dieſes gut an und gießt mit Waſſer oder Suppe auf, gibt das Paradiesmark hinein und läßt die Soße verkochen. Vor dem Anrichten gibt man die in Salzwaſſer gekochten, kleingeſchnittenen Makkaroni dazu, vermiſcht ſie gut und richtet die Speiſe mit Parmeſan beſtreut an.

Man kann aus Sparſamkeitsgründen die Fleiſchmenge verringern und dafür mehr Makkaroni nehmen. Auch mit Schweinefleiſch läßt ſich die Speiſe zubereiten.

Steiriſches Kraut (Eintopfgericht). 1 Kilogramm Weißkraut, ¼ Kilogramm ſaure Äpfel, 100 Gramm Speck, 400 Gramm Schweinefleiſch, 1—2 Eßlöffel Paradiesmark, Salz, Eſſig.

In eine Kaſſerolle gibt man eine Lage fein blätterig geſchnittenen Speck und wenn dieſer heiß iſt, das fein gehobelte, geſalzene Kraut, dann die geſchälten dünn geſchnittenen Äpfel und darauf das mit Salz und gehacktem Kümmel eingeriebene Schweinefleiſch. Man deckt dies mit dem reſtlichen Kraut und den Äpfeln zu, gießt eine Miſchung von gewäſſertem Eſſig darüber und dünſtet die Speiſe, bis das Fleiſch weich iſt. Dann gibt man das Paradiesmark nach Geſchmack mehr oder weniger dazu und läßt es noch gut aufkochen. Auf einer Fleiſchplatte wird das Kraut angerichtet und das Fleiſch zu Scheiben geſchnitten daraufgelegt und mit Bratkartoffeln garniert. Zu dieſer Speiſe eignet ſich ſehr gut Jungſchweinefleiſch mit der Scharte.

Oſterbraten. 200 Gramm mageres Rindfleiſch, 200 Gramm fettes Schweinefleiſch, 1—2 Semmeln, 30 Gramm Fett, Zwiebel, grüne Peterſilie, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Majoran, 3—4 Stück hartgekochte Eier, 150 Gr. Schweinenetz.

Die beiden Fleiſchſorten werden faſchiert, ebenſo die eingeweichten Semmeln und dann mit gekochter geröſteter Zwiebel und Peterſilie und dem Ei vermiſcht und mit Salz, Pfeffer und Majoran gewürzt. Man miſcht die Maſſe ſehr gut durch, gibt die Hälfte davon auf ein gut bemehltes Brett, legt die hartgekochten geſchälten Eier nebeneinander darauf, gibt das reſtliche faſchierte Fleiſch darüber, drückt es feſt an und formt mit etwas Mehl eine Rolle, die man in ein Schweinsnetz einſchlägt und in einer Pfanne durch Zugießen von etwas Waſſer oder Suppe ungefähr 1½ Stunden bei mäßiger Hitze bratet. Man ſerviert dazu grünen Salat.

Will man den Braten ohne Schweinenetz machen, dann muß man etwas Mehl in die Maſſe geben und die Rolle, bevor man ſie ins Rohr ſtellt, mit Eiklar beſtreichen.

Seefiſch auf pikante Art. ¾ Kilogramm Seefiſche, Salz, Zitronenſaft, 30 Gramm Mehl, 50 Gramm Fett, 5 Gramm Kapern, Saft ½ Orange und Zitrone, 50 Gramm Butter, Orangen- und Zitronenſcheiben und Kapern.

Die Fiſchfilet werden geſalzen, mit Zitronenſaft betropft und ½ Stunde liegen laſſen, dann abgetrocknet in Mehl getaucht und auf beiden Seiten in heißem Fett gebraten. Dann wird der Saft entfettet, mit Butter verbeſſert und mit dem Orangen- und Zitronenſaft und den fein gehackten Kapern aufgekocht. Die Fiſchfilet werden angerichtet mit dem Safte übergoſſen und je mit einer halben Orangen- und Zitronenſcheibe und 1 Stück Kaper belegt.
Als Beilage gehören Salzkartoffeln.

Gebratener Seefiſch mit Sardellenbutter. ¾ Kilogramm Seefiſch, Salz, Zitronenſaft, 1 Sardelle, 40 Gramm Fett; Sardellenbutter = 80 Gramm Butter, 2 Stück Sardellen.

Der Fiſch wird als ganzes Stück, auf einer Seite abgehäutet, geſalzen und mit Zitronenſaft eingerieben, dann mit Sardellenſtreifen geſpickt im heißen Fett unter öfterem Begießen des eigenen Saftes im Rohr gebraten und mit heißer Sardellenbutter übergoſſen, aufgetragen. Kartoffeln werden als Beilage dazu ſerviert.

Sardellenbutter: Die geputzten Sardellen werden paſſiert zur Butter gegeben und zerlaſſen und mit 1 Löffel heißem Waſſer erhitzt.

Gebackener Seefiſch. ½ Kilogramm Seefiſchfilet, Salz, Zitronenſaft, 40 Gramm Mehl, 1 Ei, 80 Gramm Bröſel, ¼ Kilogramm Öl, 1 Zitrone.

Die Fiſchfilet werden geſalzen, mit Zitronenſaft betropft und wenn dieſer eingeſaugt abgetrocknet, in Mehl, Ei und Bröſel getaucht im heißen Öl ſchwimmend langſam gebacken. Mit Zitronenſcheiben belegt wird der Fiſch angerichtet. Als Beilagen gibt man verſchiedene Salatarten. Beſonders eignet ſich dazu Linſen-, Bohnen-, Kartoffel- und Roter-Rübenſalat.

Gebackene Schinkenfleckerl. 200 Gramm Fleckerl (Teigwaren), 50 Gramm Butter oder Margarine, 2 Dotter, 150 Gramm Selchfleiſch, ⅛ Liter Rahm, 2 Klar Schnee, Salz.

In einen Abtrieb aus Butter und Dotter gibt man die gekochten, ausgekühlten Fleckerl, das gehackte Selchfleiſch (Rollſchinken), den Rahm und miſcht zuletzt den feſten Schnee der Klar leicht darunter. Man würzt die Speiſe mit Salz und bäckt ſie in einer befetteten mit Bröſeln ausgeſtreuten Auflaufſchüſſel bei mäßiger Hitze im Rohr.

Als Beilage gibt man grünen Salat.

Lachsbaweuſen (auch Poſeſen genannt). 5 Stück Semmeln oder ½ Sandwichswecken, ¼ Liter Milch, 1 Ei, Salz, 100 Gramm Bröſel, 200 Gramm Fett, 100 Gramm Räucherlachs.

Die altgebackenen Semmeln oder der Weißbrotwecken wird zu ½ cm breiten Scheiben geſchnitten. Der Räucherlachs wird, wenn er ſtark geſalzen iſt, vorher in etwas Milch gelegt und dann als Fülle zwiſchen 2 Semmelſchnitten gegeben. Dieſe vorſichtig in die mit dem Ei verſprudelte Milch getaucht, in Bröſeln paniert und im heißen Fett gebacken.

Man kann dieſe Speiſe auch mit Hirn oder Schinkenfülle zubereiten und gibt Spinat oder andere grüne Gemüſe oder auch Salate dazu.

Eingelegte Roſtbraten. ¾ Kilogramm Kartoffeln, 300 Gramm Roſtbraten oder Rindsſchnitzel, 50 Gramm Fett, 150 Gramm Zwiebel, Salz, Pfeffer, 2 Eier, ⅛ Liter Rahm, 20 Gramm Butter.

Die Kartoffeln werden gekocht, geſchält, zu Scheiben geſchnitten und geſalzen. Die Roſtbraten oder Rindsſchnitzel werden geklopft, geſalzen, gepfeffert und im heißen Fett auf beiden Seiten abgebraten und nachher im ſelben Fett die blätterig geſchnittenen Zwiebel. Die Eier werden hart gekocht und ebenfalls zu Scheiben geſchnitten.

In eine befettete mit Bröſeln ausgeſtreute Schüſſel oder Pfanne legt man die halbe Menge der Kartoffeln, darauf die Eiſcheiben und das gebratene zu kleinen Stücken geſchnittene Fleiſch, betropft dies mit der geröſteten Zwiebel und dem Bratenfett und gibt die reſtlichen Kartoffeln darüber. Man legt kleine Butterſtückchen auf die Speiſe, betropft ſie mit Rahm und ſtellt ſie für kurze Zeit zum Überkruſten ins Rohr.

Haferflockenröllchen. 80 Gramm Speck, etwas Zwiebel und grüne Peterſilie, ½ Liter Waſſer, Salz, 200 Gramm Haferflocken, Pfeffer, 1 Ei, etwas Mehl, 100 Gramm Bröſel, 1 Ei, 20 Gramm Dörrſchwämme, 150 Gramm Fett.

Der geräucherte Speck wird zu kleinen Stückchen geſchnitten erhitzt und dann darin die feingehackte Zwiebel und Peterſilie hellgelb geröſtet, hierauf mit der angegebenen Menge Waſſer aufgegoſſen, geſalzen und wenn die Flüſſigkeit kocht, rührt man die Haferflocken ein und kocht ſie zu einer ganz dicken Maſſe. Man würzt ſie mit Pfeffer und gibt die gekochten gehackten Dörrſchwämme dazu, gibt das Ei hinein und formt daraus Röllchen, die man mit Mehl ausarbeitet, in Ei und Bröſel paniert im heißen Fett bäckt.

Als Beilage dazu eignet ſich Spinat und auch alle Salatarten.

Krautfleckerl. Nudelteig aus 250 Gramm Mehl, 1 Ei, Salz, Waſſer; — 1 kleiner Krautkopf, Salz, 60 Gramm Fett, 1 kleine Zwiebel, 10 Gramm Zucker, Paprika und Pfeffer.

Das Weißkraut wird fein gehackt und im heißen Fett mit Zwiebel, Zucker braun gedünſtet und mit Paprika, Salz und Pfeffer gewürzt. Die Fleckerl werden im geſalzenen Waſſer gekocht, gut abgetropft zum fertigen Kraut gegeben und nach Geſchmack nachgewürzt.

Vorſpeiſen und Beilagen

Spinatrolle. 50 Gramm Butter, 2 Eier, 3 Löffel Rahm, 1 Semmel, Salz, Pfeffer, 150 Gramm Spinat, 3 Klar, 10 Gramm Parmeſan.

Fülle: 2 Eier, 30 Gramm Butter, 30 Gramm Champignons, 10 Gramm Butter, 20 Gramm Parmeſan.

Die Butter wird ſchaumig gerührt, dann gibt man die verſprudelten Eier langſam dazu, die eingeweichten gut ausgedrückten paſſierten Semmeln, den gekochten paſſierten Spinat (2 Eßlöffel), Salz, Pfeffer und den Rahm und den feſten Schnee der Klar. Die Maſſe ſtreicht man auf ein gut befettetes Blech, bäckt ſie bei mäßiger Hitze im Rohr, löſt ſie dann raſch vom Backblech, ſtürzt ſie auf eine Serviette, beſtreicht ſie raſch mit der Eierſpeiſe, die man mit den gedünſteten Schwämmen verbeſſert hat, rollt ſie ein und beſtreut ſie mit geriebenem Parmeſankäſe. Zu Scheiben geſchnitten wird die Vorſpeiſe angerichtet.

Gemüſe-Serviettenknödel. 3 Semmeln, 1/16 Liter Milch, 3 Eier, 100 Gramm grüne Erbſen, 1 kleine Roſe Karfiol, 100 Gramm Karotten, 100 Gramm Kohlſproſſen oder grüne Fiſolen oder 100 Gramm Champignons, 100 Gramm Selchfleiſch oder geräucherte Zunge, 30 Gramm Parmeſan- oder Reibkäſe.

Die Semmeln (altgebacken) werden kleinwürfelig geſchnitten, mit der Milch und den verſprudelten Eiern, die man leicht ſalzt, übergoſſen und kurze Zeit anſaugen laſſen. Die Gemüſe werden in Salzwaſſer gekocht, die Karotten und Fiſolen vorher zu Würfeln geſchnitten, ebenſo das Selchfleiſch, gut daruntergemengt. Hierauf gibt man die Maſſe in eine mit Butter beſtrichene Serviette formt ſie zu einem großen Knödl, bindet ſie und kocht ſie zugedeckt 1 Stunde im geſalzenen kochenden Waſſer.

Der fertige Knödl wird aus der Serviette genommen und mit geriebenem Käſe beſtreut, angerichtet.

Kartoffelnudeln, ½ Kilogramm Kartoffeln, 10 Gramm Butter, 1 Ei, 120 bis 150 Gramm Mehl, Salz, 50 Gramm Fett, 50 Gramm Bröſel.

Die Kartoffeln werden gekocht, geſchält, paſſiert und mit der Butter, Salz, dem Mehl und Ei raſch zu einem Teig vermengt. Aus dieſem formt man eine daumendicke Rolle, ſchneidet ſie in kleine Stücke, wälzt ſie zu kleinen Nudeln, kocht ſie ſolange in kochendem geſalzenem Waſſer, bis ſie an der Oberfläche ſchwimmen, ſeiht ſie ab und überſpült ſie mit kaltem Waſſer. Gut abgetropft, rollt man ſie in geröſteten Bröſeln. Man kann Kartoffelnudeln zu Fleiſchſpeiſe als Beilage zur Soße geben, aber auch, ſtatt mit Bröſeln, in geriebenem Mohn oder Nüſſe gewälzt, gezuckert, als einfache Mehlſpeiſe.

Kartoffel-Fleiſchknödel. ½ Kilogramm Kartoffeln, 10 Gramm Butter, 120 bis 150 Gramm Mehl, 1 Ei, Salz; — 250 Gramm Fleiſch- oder Bratenreſte, auch Wurſt- oder Selchfleiſch, ½ Ei, 20 Gramm Fett, Zwiebel und grüne Peterſilie.

Man bereitet einen Kartoffelteig und teilt ihn in ſo viel Stücke, als man Knödel haben will. Aus den gekochten oder gebratenen Fleiſchreſten, die man faſchiert, mit dem Ei, geröſteter Zwiebel und Peterſilie vermiſcht, mit Salz und Pfeffer würzt, formt man kleine Knöderl. Je ein Fleiſchknöderl wird mit dem Kartoffelteig umhüllt zu einem großen Knödel geformt, den man im geſalzenen ſiedenden Waſſer vorſichtig 15 Minuten offen kochen läßt. Man gibt dazu Sauerkraut oder ſaure Rüben. An Stelle des Fleiſches kann man die Knödel auch mit Grieben (Grammel) füllen.

Kartoffelröllchen. ½ Kilogramm Kartoffeln, 30 Gramm Butter, 1 Ei, 50 Gramm Mehl, Salz, etwas Muskatnuß, 20 Gramm Mehl, 1 Ei, 80 Gramm Bröſel, 150 Gramm Fett.

Man bereitet einen feineren Kartoffelteig, den man gut knetet, zu 5 cm langen daumendicken Röllchen formt, die man mit Ei und Bröſeln paniert, im heißen Fett bäckt und zu Bratenſoße als Beilage ſerviert. Die Speiſe kann durch Zugabe von kleinwürfelig geſchnittener Wurſt oder Selchfleiſch verbeſſert werden und gibt dann, mit Salat angerichtet, eine billige Hauptſpeiſe.

Tiroler-Knödl. 5 Stück Semmeln, 50 Gramm Speck, ¼ Liter Milch, 1 Ei, 100 Gramm Selchfleiſch, 50—60 Gramm Mehl, Salz.

Die altgebackenen Semmeln werden kleinwürfelig geſchnitten. Ebenſo der geräucherte Speck, den man heiß werden läßt und über das geſchnittene Semmelbrot gibt und gut vermiſcht. Dann kommt das kleingeſchnittene gehackte Selchfleiſch dazu und die mit dem Ei verſprudelte Milch. Man läßt die Maſſe anſaugen, gibt dann Salz und das Mehl dazu, miſcht die Maſſe gut durch, formt Knödel und kocht dieſe im kochenden geſalzenen Waſſer je nach der Größe 10 bis 15 Minuten. Es iſt angezeigt, einen Probeknödel einzulegen, da die Maſſe infolge des Speckes und des Selchfleiſches fett iſt und ſomit manchmal mehr Mehl zur Feſtigung bedarf, als das Rezept angibt.

Tiroler-Geröſtel. 80 Gramm Fett, 60 Gramm Zwiebel, 400 Gramm Rindfleiſch oder Schweinefleiſch, Salz, Pfeffer, 1 Kilogramm Kartoffeln.

Im heißen Fett röſtet man die feingehackte Zwiebel goldgelb, dann gibt man das gekochte, blättrig geſchnittene Rindfleiſch dazu, etwas Pfeffer, die gekochten blätterig geſchnittenen geſalzenen Kartoffeln und röſtet ſie noch mit. Hat man friſches Fleiſch, ſo wird dieſes blätterig geſchnitten nach der Zwiebel im Fett unter Zugabe von etwas Suppe gedünſtet und zuletzt mit den ſeparat geröſteten Kartoffeln vermiſcht.

Kartoffelgollaſch. 40 Gramm Fett, 30 Gramm Speck, 150 Gramm Zwiebel, Roſenpaprika, Eſſig, Salz, 1 Kilogramm Kartoffeln.

Im heißen Fett läßt man kleinwürfelig geſchnittenen Speck goldgelb erhitzen, gibt dann die feingehackte Zwiebel hinein und wenn ſie ſchöne Farbe hat, den Paprika, etwas Eſſig und die geſchälten geviertelten Kartoffeln und ſoviel

Waſſer, daß ſie faſt bedeckt ſind und dünſtet ſie weich. Man würzt mit Salz und verbeſſert die Speiſe mit Wurſtſcheiben und blätterig geſchnittenen Eſſiggurken.

Paprikakartoffeln. 1 Kilogramm Kartoffeln: Paprikaſoße: 40 Gramm Fett, 30 Gramm Speck, 100 Gramm Zwiebel, Paprika, Eſſig, Salz, 20 Gramm Mehl, 1/8 Liter Rahm, Paradiesmark, Eſſiggurken.

Die Kartoffeln werden gekocht, geſchält, in große Würfel geſchnitten und in eine gut verkochte Paprikaſoße gegeben.

Im heißen Fett läßt man kleinwürfelig geſchnittenen Speck hellgelb werden, gibt dann feingehackte Zwiebel dazu und röſtet dieſe an, miſcht hierauf Paprika und Eſſig zu. Nun ſtaubt man mit Mehl, röſtet es und gießt mit Waſſer zur Soße auf. Mit Rahm und Paradiesmark wird die Speiſe in Geſchmack und Farbe verbeſſert. Wenn ſie gut verkocht hat, gibt man die zu langen Streifen geſchnittenen Eſſiggurken und die vorbereiteten Kartoffeln dazu. Man würzt mit Salz, gelöſtem Paprika und wenn notwendig, auch mit etwas Eſſig nach.

Will man die Speiſe ausgiebiger machen, ſo kann man auch zu Würfeln geſchnittene Karotten und Kohlrüben gekocht in die Paprikaſoße geben.

Mehlſpeiſen

Apfelſtrudel. Strudelteig: 150 Gramm Mehl, 1 kleiner Kaffeelöffel Öl, Salz, 1/16 Liter Waſſer.

Fülle: 60 Gramm Butter, 50 Gramm Bröſel, 3/4 Kilogramm Äpfel, 50 Gramm Zucker, etwas Zimt, 30 Gramm Roſinen, 30 Gramm Fett zum Beſtreichen.

Man bereitet einen Strudelteig, zieht ihn auf einem bemehlten Tuch dünn aus und beſtreut 2/3 des Teiges mit den in Butter geröſteten Bröſeln, belegt ihn mit den geſchälten, blättrig geſchnittenen Äpfeln, gibt Zucker mit etwas Zimt gemiſcht und die Roſinen darüber und betropft das freigelaſſene Drittel des Teiges mit zerlaſſenem Fett. Der Strudel wird, von der mit der Fülle beſtrichenen Seite beginnend, eingerollt, auf ein befettetes Blech gelegt und erſt wenn er Farbe hat, mit zerlaſſenem Fett oder mit Butter beſtrichen und im Rohr bei guter Hitze eine halbe Stunde gebacken. Er wird mit Zucker beſtreut ſerviert.

Kirſchenſtrudel: Wird ähnlich zubereitet, nur gibt man auf den ausgezogenen Strudelteig erſt die geröſteten Bröſeln und dann die Kirſchen und nach Geſchmack Zucker darauf und behandelt ihn weiterhin wie den Apfelſtrudel.

Rhabarberſtrudel: Hat ebenfalls dieſelbe Zubereitung, nur bedarf die Fülle mehr Zucker, weil der Rhabarber ſtark ſäuerlich ſchmeckt. Er wird dünn geſchält, zu 1 cm große Stücke geſchnitten und an Stelle der Äpfel als Fülle auf den Teig gegeben.

Topfenſtrudel: 150 Gramm Mehl, 1 kleiner Kaffeelöffel Öl, Salz, 1/16 Liter Waſſer.

Fülle: 60 Gramm Butter, 60 Gramm Zucker, 3 Dotter, 250 Gramm Topfen, 1/8 Liter Rahm, 3 Klar, Zitronenſchalen, 30 Gramm Roſinen, Butter zum Beſtreichen und Milch zum Begießen.

Ein dünn ausgezogener Strudelteig wird 2/3 davon mit folgender Fülle beſtrichen, eingerollt und in einer entſprechend großen, befetteten Pfanne im Rohr gebacken. Man beſtreicht ihn vorher mit zerlaſſener Butter und wenn er halbfertig gebacken iſt, übergießt man ihn mit 1/8 Liter heißer Milch und bäckt ihn noch kurz im Rohr, wodurch er locker und ſaftig wird. Er muß, wenn er fertig iſt, ſofort angerichtet werden. Man ſerviert dazu Kanarienmilch.

Topfenfülle: In einen ſchaumigen Abtrieb aus Butter, Dotter, Zucker, gehackten Zitronenſchalen, einer Priſe Salz gibt man den paſſierten Topfen, den Rahm und zuletzt den feſten Schnee des Klar. Die Roſinen ſtreut man erſt auf die Fülle, wenn ſie auf den Teig aufgeſtrichen iſt, damit der dünne Teig beim Aufſtreichen nicht zerreißt.

Kartoffelſtrudel: Wird ebenſo zubereitet, nur gibt man ſtatt des Topfens in den Abtrieb ein halbes Kilogramm gekochte, geſchälte, paſſierte Kartoffeln. Die Fülle bedarf als Würze mehr Zitronenſchalen, auch etwas Zitronenſaft und etwas mehr Rahm und Salz.

Milchrahmſtrudel: Hat die gleiche Zubereitung, nur kommt auf den Strudelteig folgende Fülle darauf:
Fülle: In einen Abtrieb aus 80 Gramm Butter gibt man 60 Gramm Zucker und 3 Dotter langſam dazu, ferner den Saft und die Schale ½ Zitrone, 3 abgerindete, erweichte, paſſierte Semmeln, 1/8 Liter Rahm, Salz und den feſten Schnee des Eiklar. Man verbeſſert die Fülle noch mit 30 Gramm Roſinen.
Man ſerviert dazu Kanarienmilch. Und zwar wird dazu ¼ Liter Milch, 1 Dotter, Zucker nach Geſchmack und etwas Vanille über kochendem Waſſer ſchaumig geſchlagen.

Kaiſerſchmarrn: (feine Maſſe) 4 Dotter, 40 Gramm Zucker, ¼ Liter Milch, 150 Gramm Mehl, Salz, 4 Klar Schnee, 30 Gramm Roſinen, 50 Gramm Butter zum Backen.
Das Mehl wird in einer Schüſſel mit dem Zucker, Salz, den Dottern und Milch zu einem glatten Teig verrührt. Zuletzt gibt man die Roſinen und den feſt geſchlagenen Schnee der Eiklar leicht darunter.
In einer Pfanne läßt man die Butter heiß werden, gießt dann den Teig hinein und bäckt ihn im Rohr, bis er hellbraune Farbe hat, wendet ihn um und zerreißt ihn mit der Gabel zu kleinen Stücken und bringt ihn gezuckert ſofort zu Tiſch.

Salzburger Nockerl: 50 Gramm Butter, 60 Gramm Zucker, 5 Dotter, 30 Gramm Mehl, 5 Klar, 3/16 Liter Milch.
Die Butter wird mit dem Zucker und den Dottern ſehr flaumig gerührt, dann kommt der feſte Schnee der Klar und das Mehl abwechſelnd leicht eingemiſcht. Die Maſſe wird in eine mit heißer Milch begoſſene Pfanne gefüllt und im heißen Rohr nur wenige Minuten lichtbraun gebacken. Wenn die Biſkuitmaſſe gar iſt, ſticht man mittels eines Eßlöffels große Nockerl aus, die man auf einer Schüſſel anrichtet und bezuckert ſofort ſerviert.

Wiener Faſchingskrapfen: 250 Gramm Mehl, Salz, 1/16 Liter Milch, 40 Gramm Butter, 50 Gramm Zucker, 2 Dotter, 1 Eßlöffel Rum, 2 Eßlöffel Orangenſaft, etwas Vanillin; Gärprobe aus: 30 Gramm Hefe, 10 Gramm Zucker, 30 Gramm Mehl, 1/16 Liter Milch — 40 Gramm Marillenmarmelade, ½ Kilogramm Fett zum Backen.
Das Mehl wird erwärmt mit den übrigen Zutaten und der aufgegangenen Hefe (= Gärprobe) vermiſcht zu einem nicht zu feſten Teig verarbeitet und ſehr gut

abgeſchlagen. Hierauf wird der Teig mit einem Tuch zugedeckt und für die Dauer 1 Stunde zum Aufgehen an einen vom Zug geſchützten, warmen Ort geſtellt. Dann wird der aufgegangene Teig auf einem vorgewärmten, bemehlten Brett ½ cm hoch leicht ausgerollt und runde Scheiben vorſichtig ausgeſtochen. Je eines der Teigſcheibchen wird in der Mitte mit etwas erwärmter Marillenmarmelade belegt und mit einem zweiten Teigſcheibchen ſo überdeckt, daß die unbemehlte obere Seite desſelben auf die Marmelade zu liegen kommt, worauf man die Ränder leicht niederdrückt. Nun ſticht man mit einem etwas kleineren Krapfenſtecher die fertigen Krapfen aus, legt ſie verkehrt auf ein erwärmtes bemehltes Tuch, überdeckt ſie damit und läßt ſie nochmals an einem geſchützten, warmen Ort aufgehen. Hierauf werden die Krapfen ſo in heißes Fett gelegt, daß die während des Aufgehens nach oben gekehrte Seite zuerſt in das Fett kommt. Sie werden anfangs im zugedeckten Gefäß gebacken und wenn ſie auf einer Seite ſchöne Farbe haben, umgekehrt und auf der zweiten Seite im offenen Geſchirr fertig gebacken. Sie müſſen derart im Fett ſchwimmend gebacken werden, daß ſie um die Mitte einen ſchönen, hellen Rand erhalten. Man läßt die friſch gebackenen Krapfen auf einem Filterpapier auf einem Sieb gut abtropfen und bringt ſie mit Vanillezucker beſtäubt zu Tiſch.

Komteſſeäpfel: 3 Eier, 90 Gramm Zucker, 90 Gramm Mehl, 4 Stück mittelgroße gute Äpfel, Zuckerwaſſer, Zitronenſaft, Gewürznelke, ein kleines Stückchen Zimtrinde, 50 Gramm Marillenmarmelade, Schaum: 4 Eiklar, 80 Gramm Zucker.

Die ganzen Eier werden mit dem geſiebten Staubzucker im Schneekeſſel am Herdrand dick ſchaumig geſchlagen (ungefähr 20 Minuten), dann miſcht man das Mehl leicht darunter, gibt die Maſſe fingerhoch auf ein befettetes Blech und bäckt ſie. Ausgekühlt ſticht man 8 runde Scheiben aus, die die Größe des Durchmeſſers der Äpfel haben, beſtreicht ſie mit Marmelade, belegt ſie mit den halbierten ſchmackhaft gedünſteten Äpfeln, umhüllt ſie ganz mit der Schaummaſſe, ſtellt ſie nochmals aufs Blech und gibt ſie ins heiße Rohr, bis der Schaum ganz lichte Farbe hat und ſteif geworden iſt. Bezuckert werden ſie ſerviert.

Schaummaſſe: Das Eiklar wird zu ſehr feſtem Schnee geſchlagen, dann gibt man löffelweiſe den geſiebten Staubzucker dazu und miſcht ihn leicht ein.

Torten

Echte Sachertorte: 140 Gramm Butter, 140 Gramm Schokolade, 140 Gramm Zucker, 6 Dotter, 140 Gramm Mehl, 6 Klar Schnee.

Die Butter rührt man ſchaumig, gibt erweichte, überkühlte Schokolade langſam dazu, mengt dann nach und nach den Zucker und die Dotter ein und rührt abermals ein halbe Stunde. Zuletzt miſcht man das Mehl und den feſten Schnee der Klar abwechſelnd leicht darunter und bäckt die Maſſe vorſichtig bei mäßiger Hitze ungefähr 1 Stunde im Rohr. Die erkaltete Torte wird mit Schokoladeglaſur überzogen und meiſt mit Schlagobers ſerviert.

Falſche Sachertorte (Rezept für Eiklarverwendung): 8 Eiklar, 160 Gramm Zucker, 4 Rippen Schokolade (= 120 Gramm), 80 Gramm Butter und 80 Gramm Mehl.

Die Eiklar werden mit dem geſiebten Staubzucker dick geſchlagen. Die Schokolade wird mit der Butter im offenen Rohr in einer kleinen Schüſſel erweicht, glatt verrührt und überkühlt langſam in den feſten Zuckerſchnee gegeben. Zuletzt miſcht man das Mehl gut durch die Maſſe. Die Torte wird bei mäßiger Hitze gebacken, erkaltet mit Schokolade glaſiert und ebenfalls mit Schlagobers ſerviert. Man kann ſie aber auch mit Schokoladecreme füllen und oben damit verzieren. Das Rezept iſt der echten Sachertorte ſehr ähnlich, kommt aber in der Zubereitung viel billiger und gibt eine gute Eiklarverwendung.

—

Wachauertorte: (ſehr feine Maſſe) 7 Dotter, 140 Gramm Zucker, 140 Gramm geriebene Mandeln, 2 Rippen Schokolade (= 60 Gramm), 7 Klar Schnee.

Creme: 200 Gramm Butter, 120 Gramm Schokolade, 1 Dotter, Zucker nach Geſchmack.

Schokoladeglaſur: 3 Rippen Schokolade, 120 Gramm Zucker, 10 Gramm Butter, Haſelnüſſe zum Verzieren.

Die Dotter werden mit dem Zucker ½ Stunde ſchaumig gerührt, dann gibt man die geriebene Schokolade und die mit der Schale geriebenen Mandeln, löffelweiſe, abwechſelnd mit dem feſtgeſchlagenen Schnee der Eiklar leicht dazu. Die Maſſe wird vorſichtig eine ſchwache Stunde im Rohr gebacken, erkaltet durchſchnitten, mit folgender Creme gefüllt, an der Oberfläche mit Schokoladenglaſur überzogen. Der Rand wird mit Creme verſtrichen und mit blättrig geſchnittenen Haſelnüſſen belegt. Man kann zur Verzierung die Torte oben mit Creme ſpritzen und mit Haſelnüſſen belegen.

Almbuttertorte: 6 Dotter, 140 Gramm Zucker, Saft ½ Zitrone, 120 Gramm Mehl, 6 Klar Schnee.

Creme: 3 Dotter, ⅛ Liter Milch, 60 Gramm Zucker, 1 P. Vanillin 1 geſtrichener Eßlöffel Kartoffel- oder Reismehl, etwas Rum, 200 Gramm Butter, 50 Gramm candierte Kürbiſſe oder candierte Früchte.

Die Dotter werden mit dem Zucker und dem Zitronenſaft eine halbe Stunde ſchaumig gerührt, dann miſcht man das Mehl und den feſt geſchlagenen Schnee der Klar abwechſelnd leicht unter die Maſſe.

Am nächſten Tag durchſchneidet man die Biskuittorte zweimal und füllt ſie mit folgender Fülle und glaſiert ſie mit Schokolade und verziert ſie mit candierten Früchten.

Creme: Die Dotter werden mit der Milch, dem Staubzucker, Vanillin, Reismehl über Dampf im Schneekeſſel zu einer dicken Creme geſchlagen, dann mit etwas Rum im Geſchmack verbeſſert und überkühlt zur ſchaumig gerührten Butter löffelweiſe dazugegeben. Zuletzt kommen noch kleinwürfelig geſchnittene, bunt gefärbte candierte Früchte dazu, die in der hellen Torte mit der gelben Vanillincreme ſehr gut ſchmecken und ausſehen.

Echte Linzertorte: (feine Maſſe) 120 Gramm Mehl, 200 Gramm Butter, 200 Gramm Mandeln, 100 Gramm Zucker, 2 Stück geſtoßene Gewürznelken, 1 Meſſerſpitze Zimt, 2 Dotter, Salz, etwas feingehackte Zitronenſchalen, 100 Gramm Ribiſelmarmelade.

Das Mehl wird mit der Butter abgebröſelt, mit den ungeſchälten geriebenen Mandeln, Zucker, den Gewürzen, ein wenig Salz und den Dottern am Brett vermiſcht, raſch zu einem Teig geknetet, den man einige Zeit kalt raſten läßt. Hierauf rollt man die Hälfte der Maſſe in der Größe der Tortenform aus, beſtreicht die Teigfläche mit Ribiſelmarmelade und macht vom reſtlichen Teig dünne Rollen, die man gitterförmig darüber legt. Mit Eiklar wird die Torte beſtrichen und 1 Stunde bei mäßiger Hitze im Rohr gebacken.

Topfentorte. 180 Gramm Mehl, 120 Gramm Butter, 70 Gramm Zucker, 1 Dotter, Salz.

Fülle: 80 Gramm Butter, 120 Gramm Zucker, 2 Dotter, 300 Gramm Topfen, 2 Klar Schnee, 40 Gramm Roſinen, 20 Gramm Mandeln, etwas Rahm.

Man bereitet einen Mürbteig und rollt die Hälfte davon zu einer Tortenplatte aus und bäckt ſie in der Form halb durch. Der Rand der Tortenform wird befettet und mit Mehl ausgeſtreut. Dann gibt man die fertige Topfenfülle auf den vorgebackenen Mürbteigboden in die Tortenform, legt vom reſtlichen Teig ein Gitter darüber, beſtreicht es mit Klar und bäckt die Maſſe bei Oberhitze. Zur Topfenfülle wird die Butter mit dem Zucker und den Dottern ſchaumig abgetrieben und dann mit dem paſſierten Topfen, etwas Rahm, Roſinen, geſchälten geſchnittenen Mandeln und dem feſten Eiſchnee vermiſcht.

* * *

Eierkognak. 5 Dotter, 200 Gramm Zucker, 1 P. Vanillin, ¼ Liter Schlagobers, ¼ Liter Milch, ⅛ Liter Weingeiſt.

Das Schlagobers wird mit der Milch vermiſcht und darin der Staubzucker mit dem Vanillin gelöſt. Die Dotter werden leicht gerührt und dann gibt man langſam die Flüſſigkeit dazu und zuletzt tropfenweiſe den Alkohol. Man darf den Eierkognak nicht zu ſtark rühren, ſonſt bildet ſich lockerer Schaum und der Kognak fließt nicht gut aus der Flaſche.

Sollte er vom langen Stehen zu dick werden, dann kann man ihn mit Milch oder Alkohol verdünnen.

Kaffee-Eſſenz. ⅛ Kilogramm ſehr guten Bohnenkaffee, 300 Gramm Rohzucker, ¾ Liter Waſſer.

Der Zucker wird in eine Pfanne gegeben und ſo lange trocken erhitzt, bis ſtarke weiße Dämpfe aufſteigen und der Zucker ziemlich braun geworden iſt. Dann gibt man raſch das Waſſer zu und läßt es gut aufkochen. Der Bohnenkaffee wird fein gerieben in eine Kaffee-Aufgußmaſchine gegeben und langſam, ſchöpflöffelweiſe mit dem heißen Zuckerwaſſer aufgegoſſen. Die fertige Kaffee-Eſſenz muß kühl aufbewahrt werden.

Orangeade. 3 Stück Orangen, ⅛ Liter Weingeiſt, 1½ Kilogramm Kriſtallzucker, 1½ Liter Waſſer, 30 Gramm Weinſteinſäure.

Die Orangen werden dünn geſchält und das Gelbe fein nudelig geſchnitten mit dem Weingeiſt übergoſſen, in einer Flaſche gut verkorkt 14 Tage an die Sonne geſtellt. Dann wird der Zucker mit der angegebenen Waſſermenge aufgekocht und wenn dies ausgekühlt iſt, mit der Weinſteinſäure und dem angeſetzten Orangenſaft vermiſcht, in Flaſchen gefüllt, gut verkorkt, kalt aufbewahrt.

Wird wie Himbeerſaft mit Waſſer verdünnt getrunken.

Kaltes Büfett

Hergestellt in der Städt. Zentrale für hauswirtschaftliche Frauenbildung und Beratung

Haus-wirtſchaftslehre der Neuzeit

Wegweiſer zur Ausbildung und Weiterbildung
für das geſamte Wirken und Schaffen
im Deutſchen Haushalt

von

Eugenie Erlewein

Überarbeitet von hervorragenden
Wiſſenſchaftlern und namhaften Fachkräften

1. Teil: Ernährungs- und Kochlehre

II. BAND

Verlag Peter & Co. München

Sämtliche im Werke enthaltenen Bilder ſind Eigentum des Verlages Peter & Co., München. und kann das Reproduktionsrecht nur mit deſſen Genehmigung erteilt werden außer den zwei mediziniſchen Tafeln des Verlages Lehmann.

Copyright by Verlag Peter & Co., München

Druck: Kunſt im Druck · Obpacher AG, München

Kalte Küche

Umlegte Platten für einfache und feſtliche Gelegenheiten – Belegte Brote – Sulzen – Aſpik

Vormerkung.

Aus verſchiedenſten Gründen nimmt im neuzeitlichen Speiſenzettel die Kalte Küche einen weit größeren Raum ein, als früher. Warme Abendeſſen ſind in der Zeit der Vielarbeit oft nicht einzuſchalten, weil die einzelnen Familienmitglieder zu verſchiedenen Zeiten vom Berufe kommen und ſie ſollen trotzdem jederzeit eine nett hergerichtete appetitanregende Mahlzeit vorfinden. Kaltes Fleiſch oder Wurſt, Eier und die verſchiedenartigſten Salate aus Kartoffeln, aus Reſten von Blumenkohl, Erbſen, Bohnen, Sellerie, außerdem friſche Tomaten und alle grünen Salate laſſen ſich in wenigen Minuten friſch, manche auch noch beſſer tags zuvor oder morgens herrichten.

Aber auch an Stelle großer Einladungen zum Abendeſſen haben ſich die zwangloſen Zuſammenkünfte nach Tiſch bei Tee und einfachen oder feinen kalten Platten ſehr beliebt gemacht. Ebenſo werden bei Nachmittagtees gern vor den Kuchen belegte Brötchen mit Obſtpaſten oder zarter Wurſt gereicht. Der individuelle Geſchmack, die Geſchicklichkeit und die Kenntniſſe der Hausfrau können bei der Kalten Küche die ſchönſten Triumphe feiern.

In den folgenden Ausführungen wollen wir in der heutigen Lehrſtunde zuerſt alle Garnierzutaten zu den kalten Platten bei einfachen und feſtlichen Gelegenheiten beſprechen, denn es ſind hierzu faſt alle in der Küche vorkommenden Produkte verwendbar, angefangen von gekochtem Rindfleiſch bis zu den feinſten Wurſtwaren, vom Seefiſch zur Forelle — Kaviar und anderen feinen Küchenſpezialitäten. Auch alle Salate und Gemüſe finden in verſchieden gerichteter Form Verwendung.

Zutaten zum Umlegen kalter Platten.

Kaviar.

Kaviar iſt der geſalzene Rogen von Stör, Sterlett und anderen Fiſchen. Ruſſiſcher (Aſtrachan-)Kaviar iſt der beſte. Er muß ſehr kalt gereicht werden. Man gibt ihn auf einem ausgehöhlten Eisſtück oder in einer Glasſchale, die auf einer Glasplatte mit Eisſtückchen umlegt iſt. Dazu paſſen geröſtete Brotſcheiben (Toaſt) und Zitronenachtel; oder man gibt ihn gleich auf geröſteten Brotſcheiben und reicht Zitronenachtel dazu. Auch kann er in kleinen Paſtetchen oder ausgehöhlten hart gekochten Eiern gegeben werden. Es iſt auch falſcher Kaviar verwendbar.

Ölſardinen.

Man reicht ſie in der Büchſe, die man auf eine zierlich gefaltete Serviette ſtellt, oder auch in einer Glasſchale und ſtellt ein kleines Kännchen mit Zitronenſaft dazu.

Sardellen.

Waſchen, entgräten, aufrollen oder, in gleichmäßig feine Streifen geteilt, in Rauten auf eine Glasplatte legen und feines Olivenöl darüber gießen.

Heringe.

Die Heringe wäſſern, abziehen, in 2 Teile teilen, entgräten und in Sauermilch legen. Am nächſten Tag herausnehmen und mit Mayonnaiſe oder Remouladenſoße übergießen.

Marinierte Heringe.

Matjesheringe.

Die Mittelgräte und die Haut entfernen. Den Hering auf einer mit kleinen Eisſtückchen belegten Platte anrichten, den Rücken ganz mit dünnen Zwiebelſcheiben belegen und die Platte mit Tomaten, Gurken und gekrauſter Peterſilie umlegen.

Fiſchſalat.

Übriger Fiſch wird entblättert, entgrätet, mit Mayonnaiſe angemacht und in Glasſchüſſelchen, in Muſchelförmchen oder in ausgehöhlten Tomaten angerichtet. Obenauf kann etwas Kaviar gelegt werden.

Seekrabben.

Man kocht ſie und gibt ſie als Verzierung zu Fiſch. Man kann dazu nur kleinere Krabben nehmen.

Krebſe.

Man kocht ſie, löſt das Fleiſch aus und verwendet es zum umlegen von feinen Gerichten, wie Ragouts, Fiſchen uſw.

Eier.

Hart gekochte Eier werden auf Salat oder mit Radieschen, Blumenkohl, Sardellen, Kapern, Tomaten usw. zu kalten Fleiſchſpeiſen oder Fiſch gegeben. Man ſchält und halbiert oder viertelt ſie.

Gefüllt.

Hart gekochte Eier werden geſchält, halbiert, der Dotter herausgenommen, fein gehackt, geſalzen, gepfeffert und wieder in das Weiße gefüllt.

Oder: Man gibt zu je 3 herausgenommenen Dottern 1 Löffel Senf, etwas Öl, Salz, Pfeffer, Eſſig und Zucker, miſcht alles gut und füllt es wieder ein.

Mariniert gefüllt.

Man ſchneidet gekochte Eier der Länge nach durch, nimmt die Eigelb heraus, mariniert das Weiße mit Eſſig, Öl, Salz und Pfeffer, ſchneidet die Hälfte der Eigelb mit Krebsfleiſch, Sardellen, Eſſiggurken oder Eſſigpilzen klein würfelig, füllt dies in die marinierten Eier; die übrigen Eigelb rührt man mit Eſſig, Öl, Senf oder Kräuterſenf und Aſpik aus Eis zu einer dicken Soße, gibt dieſe um kaltes Fleiſch und ſtellt die gefüllten Eier darauf.

Fiſchmayonnaiſe (Reſteverwertung.)

Zubereitung wie Hummermayonnaiſe, nur nimmt man ſtatt Hummer entblätterte und entgrätete Reſte von geſottenem oder gebackenem Fiſch.

Geräucherter Lachs.

Den in ganz dünne Scheiben geſchnittenen Lachs aufrollen, ſo daß kleine Tüten entſtehen. Mit Peterſilie verzieren.

Thunfiſch, mariniert.

Büchſen-Thunfiſch in paſſende Stückchen ſchneiden, auf eine Glasplatte ordnen und mit folgender Marinade übergießen: 1 Eidotter mit 1 Priſe Salz gut verrühren, auf Eis ſtellen und nach und nach 6 Eßlöffel feines Öl, den Saft ½ Zitrone, 1 Priſe Pfeffer und ½ Eßlöffel Senf darunter rühren.

Rohes Beefſteak. (Tartar.)

Roh geſchabtes oder gehacktes ganz zartes Ochſenfleiſch, am beſten Filet, mit Pfeffer und Salz gut vermiſchen (nach Belieben auch mit fein gehackten Zwiebeln und Peterſilie), runde Bällchen in der Größe von Filetbeefſteaks formen. In dieſelben eine kleine Vertiefung machen, in die man ein rohes Eigelb legt. Nach Belieben mit gehackten Zwiebeln und Schnittlauch umlegen und feine Butterbrötchen dazu reichen. Man kann das Eigelb auch mit dem Fleiſch miſchen und etwas Eſſig und Öl dazu geben.

Gurkenſchiffchen.

In der Form paſſende Gurken zu Schiffchen aushöhlen und mit hart gekochten, gehackten Eiern, mit gewiegtem Hering, Lachs, Schinken, Mayonnaiſe füllen. Zum Umlegen.

Umlegte Platten für einfache und feſtliche Gelegenheiten.

Hummerplatte. 2 Hummer, 10 bis 12 Oliven, 3 hart gekochte Eier, 6 bis 8 Eßlöffel dicke Mayonnaiſe, Fleiſchſulz, Peterſilie, 2 Salatköpfe, Zitronenachtel.

Gekochten Hummer in kaltem Waſſer abkühlen, mit einer ſtarken Schere, Meſſer und Hammer an der Unterſeite öffnen und das Fleiſch vorſichtig herausziehen, ebenſo verfährt man bei den Scheren. Die Schwänze in der Mitte ſpalten und das Fleiſch herausnehmen. Die ausgenommenen Hummer auf einem Sockel von geröſtetem Brot gegeneinander ſchauend aufſtellen, die Körper mit Öl beſtreichen und das zugeſchnittene Hummerfleiſch ſchuppenartig darauf ſetzen. Den Sockel mit Salatherzen umlegen und die Platte mit ausgehöhlten, mit Mayonnaiſe gefüllten Oliven, Eierhälften oder -achteln, mit Fleiſchſulz, Fiſchſalat, gefüllten Ziermuſcheln, Radieschen- oder Rettichröschen, Peterſilie, Zitronenſcheiben oder -körbchen und ähnlichen Garnituren verzieren. Mayonnaiſe dazu reichen. Die auf der Platte zurückbleibenden Hummerkörper andern Tags zu Hummerſuppe, die wie Krebsſuppe hergeſtellt wird, verwenden.

Salm-Platte mit Mayonnaiſe. 1 Kilo Salm, 3 Liter Waſſer, 1 bis 2 Eßlöffel Salz, Zwiebel, 1 Zitronenſcheibe, 2 Gewürzkörner, ½ Eßlöffel Apfelwein. Zur Mayonnaiſe: 150 Gr. feinſte Butter, 6 hart gekochte Eigelb, Zitronenſaft, ⅛ Liter Öl, 1 Priſe Pfeffer. Zur Garnitur: Rotes Aſpik, Kapern.

Den Salm ſchuppen, ausnehmen, waſchen, in den kochenden Sud geben, einmal aufkochen und 20 Minuten langſam im offenen Topf ziehen laſſen. — Zur Mayonnaiſe Butter ſehr ſchaumig rühren, die durch ein Sieb geſtrichenen Eigelb tropfenweiſe mit Öl anrühren, tropfenweiſe etwas Eſſig dazu (½ Kaffeelöffel Eſſig). Dieſe Maſſe zu der ſchaumig gerührten Butter geben, dann das übrige Öl tropfenweiſe dazu. Den gekochten Fiſch vorher mit etwas Eſſig-Bouillon marinieren, dann auf einem Sieb abtropfen und mit der Mayonnaiſe ſchichtenweiſe in eine Schüſſel geben. Obenauf Mayonnaiſe ſtreichen und mit Kapern und Aſpik umlegen.

Wurſt- und Fleiſchplatten

Hors d'oeuvre-Platte (ſiehe Abbildung).

Beſteht aus: Hummermayonnaiſe, Krabbenmayonnaiſe, Italieniſcher Salat, Schinkentüten garniert, Sardinen garniert, Ruſſiſche Eier. — Garnitur: Zitronenkörbchen, Fliegenpilze, Peterſilie, Radieschen, Krebsnaſen, Eſſiggurken, Kaviar, Lachsröschen, Spritzmayonnaiſe. (Nach Belieben.)

Roaſtbeef-Platte (ſiehe Abbildung).

In der Mitte: Roaſtbeef in Scheiben auf Reisſockel ſchuppenartig angerichtet. Im Kranz: Ruſſiſche Eier und gefüllte Tomaten, mit Spritzmayonnaiſe garniert, auf Salatblättern, Gemüſeaſpik in Törtchen. — Garnitur: Rotes gehacktes Aſpik, Peterſilie, Spritzmayonnaiſe.

Schweinsſchlegel-Platte.

Schweinsſchlegel auf Reisſockel angerichtet, garniert mit Rohkoſtſalaten, z. B. Spinat, Gelbe Rüben, Weißkraut, Blaukraut, Tomaten, grüner Salat. Salate nach gründlichem Waſchen fein wiegen, reiben, ſchneiden oder durch die Maſchine geben, mit Marinade, Rahmſoße oder Mayonnaiſe anmachen. (Sorgfältig würzen!)

Kalter Filetbraten, umlegt.

Gefüllten Filetbraten in ſchöne Scheiben ſchneiden, mit eingekochter Bratenſoße (ohne Mehl hergeſtellt) oder mit Sulz glaſieren und mit Spargelbündelchen und Tomaten, mit Mayonnaiſe gefüllt, Sellerie- oder Artiſchockenböden verzieren.

Schinkenplatte, umlegt.

Schinkenſcheiben ſchön ſchuppenartig auf Platte legen. Zur Garnitur weißes Aſpik, Eierſcheiben mit Trüffeln, Oliven oder Pumpernickel und Gemüſe in Aſpik verzieren.

Bunte Platte mit ruſſiſchen Eiern und Illuſtrierten Gurken. Etwa 6 hart gekochte Eier.

Zur Fülle der Eier.

Das durchgeſtrichene Eigelb, 150 Gramm Butter, Salz und Pfeffer, 1 Priſe Zitronenſaft, 2 fein gewiegte Sardellen, 2 bis 3 gewiegte Eſſiggurken, 1 Büſchel gewiegte Peterſilie, 1 Kaffeelöffel Kapern, 1 kleine, halbe, geriebene Zwiebel, 1 Kaffeelöffel Senf.

Zur Spritzmayonnaiſe der Gurken und Eier I.

50 Gramm Butter, 50 Gramm Mehl, $^1/_8$ Liter Milch, $^1/_8$ Liter Bouillon, etwas Zitronenſaft und Salz und Pfeffer, 2 Eigelb, 4 bis 6 Eßlöffel Öl, 200 Gramm friſche Butter.

Spritzmayonnaiſe II.

Von Butter und Mehl eine helle Einbrenne kochen (1 Stunde Kochzeit), legieren, bis zum Erkalten rühren, tropfenweiſe Öl beigeben, dieſe Maſſe langſam zu 200 Gramm ſchaumig gerührter Butter geben und zum Spritzen verwenden.

Zur Fülle der Gurken.

Bratenreſte und geräucherte Ripperl, mit kalt gerührter Mayonnaiſe vermiſcht.

Zubereitung.

Die Eier hart kochen. Zur Fülle der Eier die Butter ſchaumig rühren, das Eigelb durch ein Sieb ſtreichen, mit etwas von der Butter anrühren, dann zu der übrigen ſchaumig gerührten Butter geben mit den übrigen Zutaten (Sardellen, Gurken, Peterſilie, Kapern fein wiegen). Die halbierten Eier werden mit dieſer Fülle gefüllt und mit Spritzmayonnaiſe beſpritzt, oben drauf Kapern oder Kaviar geben.

Zu den Illuſtrierten Gurken.

Gurken halbieren, Mark herausnehmen, Bratenreſte und Ripperl mit Mayonnaiſe beſpritzen und mit rotem Aſpik garnieren. Eier und Gurken werden auf einer Platte hübſch zuſammen angerichtet.

Wurſtplatte. 375 Gramm Aufſchnitt, Peterſilie, 6 Eſſiggurken, 1 Tomate, 1 bis 2 Eier, Butterkugeln, Kaviar, Mayonnaiſe, Radieschen, Salatherzen, 2 Sardellen, 4 Lachsrollen, gehackte Sulz.

Die Wurſtſcheiben ſollen möglichſt gleichmäßig geſchnitten und von jeder Sorte eine beſtimmte Menge vorhanden ſein. Die Haut entfernt man vorſichtig, ordnet die größeren Scheiben in die Mitte der Platte, die kleineren in guter Farbenzuſammenſtellung neben dieſe. Zuletzt verziert man mit in Fächer geſchnittenen Gurken, geputzten, aufgerollten Sardinenfilets, Lachsrollen, den übrigen angegebenen Garnituren oder auch mit Tomatenpilzen. Zu dieſen ſchält man hart gekochte Eier, ſchneidet die Spitzen 1 Zentimeter breit ab, ſetzt ſie auf die Platte und ſtülpt auf jedes Ei eine halbe, etwas ausgehöhlte Tomate und beſpritzt den Hut nach Belieben mit Tupfen von Mayonnaiſe. Um vorbereitete Wurſtplatten oder dergleichen friſch zu halten, belegt man ſie mit Celudinpapier und gibt darüber ein feuchtes Tuch, oder man ſtellt die Platte in eine tiefe Schüſſel oder Wanne und ſpannt über dieſe ein feuchtes, eventuell zu erneuerndes Tuch.

Fleiſchplatte, kalt.

Ähnlich wie Wurſtplatten laſſen ſich auch Platten mit kalt aufgeſchnittenem Braten aller Art herrichten. Feine Fleiſchplatten richtet man etwa folgendermaßen an: In die Mitte gibt man vorſichtig zerteilte Geflügelſtücke, wie Gänſebruſt oder gebratenes Hähnchen, außen herum Scheiben von Filet und Kalbsbraten. Oben und unten ſchuppenartig gelegte Scheiben von geräucherter Zunge, zu Tüten geformte Schinken- und Lachsſcheiben, die mit gehackter Sulz gefüllt ſind. Dann verziert man die Platte mit gefüllter Peterſilie, mit Röschen von Kartoffeln oder Radieschen, oder belegt den Rand fingerbreit mit gehackter Sulz oder mit aus Sulz geſchnittenen Wolfszähnen, zwiſchen die man Radieschen, Peterſilie und Gurkenfächer ordnet.

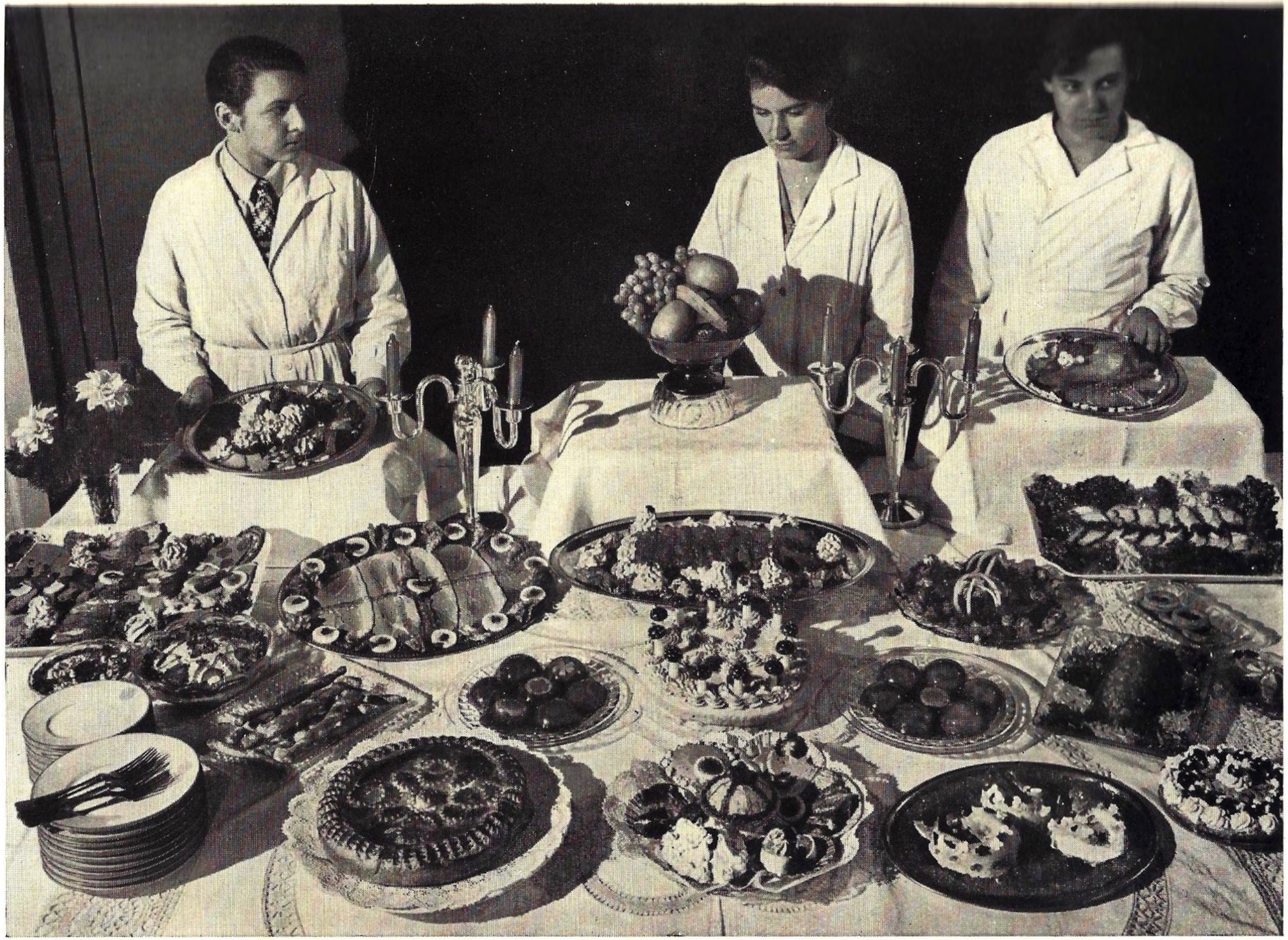
Geflügel, kalt, glaſiert.

Junges, ohne Mehlſoße bereitetes Geflügel wird kalt geſtellt. Mit der Dämpfbrühe ſtellt man eine Sulzſoße (Bratenſoße mit Aſpik gemiſcht) her, überzieht damit die ſchön zerlegten Geflügelſtücke, verziert nach Belieben mit Trüffelſcheiben und läßt die Glaſur erſtarren. Wenn möglich, ſetzt man das Geflügel nach dem Zerlegen wieder zuſammen und überzieht dann mit der Glaſur.

Gerichte und Zuſammenſtellungen für das kalte Büfett

Vormerkung.

Den kleinen Gerichten wird in Haushaltungen und auch in den meiſten Reſtaurants nicht genügende Aufmerkſamkeit gewidmet. Ein gutes, kleines Gericht, ſei es nun als Vor- oder Zwiſchenſpeiſe gegeben oder auf dem Büfett aufgeſtellt, wirkt appetitanregend und rundet gewiſſermaßen etwaige Mängel des ſonſtigen Gebotenen ab. Ein weiterer Punkt, der heute ſehr ins Gewicht fällt, iſt, daß man faſt aus allen Reſten ſolche kleine Gerichte herſtellen kann, und zwar ohne große Koſten. Überreſte von Fleiſch, Gemüſen und Fiſchen laſſen ſich hier vorteilhaft verwenden. Die franzöſiſche Küche leiſtet hierin Muſtergültiges und die ruſſiſche



Kaltes Büfett Hergestellt in der Städt. Zentrale für hauswirtschaftliche Frauenbildung und Beratung

ſteht ihr nicht nach. Auch in Deutſchland hat man in den letzten Jahren erkannt, daß gerade ſolche Gerichte ſich leicht herſtellen laſſen und jeder Mahlzeit einen beſonderen Reiz verleihen.

Hühnertörtchen.

Kleine Törtchenformen werden mit ungezuckertem Mürbeteig ausgelegt und blind gebacken (mit getrockneten Erbſen füllen, nach dem Backen entfernen). Nach dem Erkalten füllt man ſie mit Blattſalat, den man in winzige Streifen geſchnitten und leicht mit Eſſig, Öl, Salz und Pfeffer angemacht hat, zur Hälfte und darüber mit Hühnerreſten, die man feinblätterig ſchneidet und mit einer pikanten Mayonnaiſe anmacht. Mit einer runden Trüffelſcheibe, abgebrühten Eſtragonblättern oder ähnlichem verzieren und mit einem Kranz von fein gehacktem Aſpik umſpritzen.

Petersburger Paſtetchen.

Sehr kleine, runde Blätterteigpaſtetchen werden ausgehöhlt und mit folgender Miſchung gefüllt: Geräucherter Lachs wird fein geſtampft, durch ein Haarſieb geſtrichen, mit der Hälfte der Menge Butter verrührt und mit Paprika abgeſchmeckt. Oben auf jede Paſtete, ſozuſagen als Abſchluß, kommt ein Kaffeelöffelchen Kaviar.

Wildſchnitten Cumberland.

Von Reſten von Rehrücken, Haſen oder Wildgeflügel werden ſchöne, feine Streifen von zirka 7 Zentimeter Länge geſchnitten. Dieſe richtet man übereinander auf einer langen Schale an und überzieht ſie leicht mit einer ſteifen Cumberlandſoße, ſerviert recht kalt.

Tomaten mit Roquefort.

Möglichſt kleine Tomaten, kalt ſtellen, halbieren, aushöhlen. Mit Roquefortcreme füllen.

Zum Roquefort. 125 Gramm Butter, 1 Priſe Paprika, etwas Tomatenbrühe
und 2 Eßlöffel geſchlagenen Schlagrahm.

Zur ſchaumig gerührten Butter den geriebenen Roquefort geben nebſt Paprika und Tomatenbrühe. Durch ein Haarſieb ſtreichen. Steif geſchlagenen Schlagrahm darunter miſchen. Wenn nötig, 1 Priſe Salz. Dieſe Maſſe in die Tomatenhälften ſpritzen und möglichſt in Eis ſtellen.

Tomaten auf Kapuzinerart.

Tomaten kalt ſtellen, den Deckel abſchneiden, aushöhlen, mit Franzöſiſchem Salat füllen, mit weißer Spritzmayonnaiſe und Aſpik ſpritzen.

Lachseier.

Hart gekochte Eier halbieren, geräucherten Lachs fein wiegen, mit Mayonnaiſe miſchen und in die ausgehöhlten Eierhälften füllen. Das durchgeſtrichene Eigelb kann auch zu der Mayonnaiſe gegeben werden. Lachseier und Tomaten werden auf einer Platte zuſammen angerichtet.

Eier auf Huſarenart. 5 hart gekochte Eier, 5 Tomaten.

Tomaten kalt ſtellen, halbieren, ſalzen, hart gekochte Eier halbieren, aushöhlen, ſalzen, 100 Gramm rohen Schinken fein wiegen, etwas geriebene Zwiebeln darunter miſchen, das durchgeſtrichene Eigelb zu einmal kalt gerührter Mayonnaiſe geben, etwas gewiegte Peterſilie in die Eierhälften füllen. Auf die fertigen Eier ½ Tomate ſetzen und die Tomate mit Butterſtückchen beſpritzen. Die Tomatenpilze auf grünem Salat anrichten.

Salate und deren Garnierung für kalte Platten

Pikanter, umlegter Kartoffelſalat. (Zu verſchiedenem, gebratenem Fleiſch paſſend.)

Die noch warmen Kartoffeln abziehen, wie gewöhnlich ſchneiden und mit abgefetteter Fleiſchbrühe, Eſſig und Öl anmachen und folgende Zutaten untermengen: Fein gewiegte Salatkräutchen, Perlzwiebeln oder Schalotten, Salz- oder Eſſiggurken, Reizker in Scheiben ſchneiden, Sardellen oder Salzhering oder Thunfiſch, etwas rohen Schinken, alles zuſammen fein wiegen. Mit dieſen Zutaten den Salat warm miſchen, auskühlen, aufdreſſieren und hübſch verzieren.

Krebs- oder Hummerſalat.

Zubereitung wie Fiſchſalat.

Italieniſcher Salat (umlegt mit Fliegenpilzen und Tomaten mit Franzöſiſchem Salat). ½ Kilo gekochte Mäuſerlkartoffeln, 2 Milchner-Salzheringe, 375 Gr. gebratenes Fleiſch, 1 Ripperl oder Schinken, ¼ Kilo mürbe Äpfel, ¼ Kilo Gurken verſchiedener Art, 1 eingeſchnittene Zwiebel, 1 Eßlöffel Kapern, nach Belieben 125 Gramm Rote Rüben. — Zum Marinieren: 2 Eßlöffel Öl, die gewiegte Heringsmilch, ¼ Liter Bouillon, 1 Eßlöffel Senf, 6 Eßlöffel Eſſig, Mayonnaiſe zweimal (ſiehe ruſſiſche Eier). — Zum Umlegen: Geräucherten Lachs, Eier, Aſpik, Sardellen, Kapern, harte Wurſt.

Heringe 3 bis 4 Stunden in Waſſer legen, dann Haut abziehen, entgräten, alle Zutaten in Würfel ſchneiden. Kartoffeln zuletzt daran. Alles miſchen und marinieren. Die Heringsmilch fein wiegen, alles übrige dazu, durchziehen laſſen, Mayonnaiſe dazu. In Schüſſel anrichten und verzieren.

Franzöſiſcher Salat. 1 Suppenteller verſchiedenes, gekochtes Gemüſe (Gelbe Rüben, Sellerie, Spargel, Bohnen, Erbſen, Blumenkohl, Champignon) oder auch eine 1-Kilo-Büchſe Leipziger Allerlei, 3 bis 4 Eſſiggurken, 1 Apfel 6 bis 8 gekochte Salatkartoffeln, einmal kalt gerührte Mayonnaiſe, ⅛ bis ¼ Liter flüſſiges Aſpik.

Das geputzte Gemüſe jedes für ſich in Salzwaſſer weich kochen, vorher in kleine Würfel ſchneiden. Gut abtropfen, mit der Mayonnaiſe vermiſchen. Unter die Mayonnaiſe gibt man vorher das flüſſige Aſpik. Von Aſpik wird in eine Ringform ein Spiegel gegoſſen, der Franzöſiſche Salat auf den Spiegel geſetzt und nach dem Erkalten geſtürzt.

Kalbskopf-Salat.

Reſte von Kalbskopf werden in Würfel von 2 Zentimeter geſchnitten und mit Salz, Pfeffer, Eſſig, Öl, feinen Kräutern und einer gehackten Schalotte 2 Stunden vor dem Gebrauch angemacht. Auf länglicher Kriſtallſchale anrichten und kalt reichen.

Räuberſalat. 2 hart gekochte Eier, 2 bis 3 Regensburger oder Schinkenwurſt, 1 bis 4 Eſſiggurken, 2 bis 4 Tomaten, 6 bis 8 gekochte Salatkartoffeln, 100 Gr. Emmentaler Käſe, 1- bis 2mal Mayonnaiſe.

Alle Zutaten in Scheiben oder Würfel ſchneiden, vorbeizen und Mayonnaiſe darunter mengen, umlegen.

Indiſcher Salat.

Ananas, Orangen werden in feine Scheiben geſchnitten, dann mit einer Rahmſoße gemiſcht, gewürzt mit 1 Priſe geſtoßenem Zimt. — Zur Rahmſoße: 1/8 Liter ſauren Rahm, den Saft ½ Zitrone, 1 Eßlöffel Öl, 1 Priſe Salz und 1 Priſe Paprika. Alles mit dem Schneebeſen zuſammenſchlagen.

Garnierung zu Salaten.

Die Hauptbeſtandteile der hübſchen Salatſchüſſel iſt der Kartoffelſalat. Die Nebenbeſtandteile dienen meiſt zur Ergänzung und Verzierung. Beſonders geeignete Garnierungen ſind folgende Hilfsmittel: Zitronenſcheiben, ſaure Gurken, ausgeſtochene Rote und Gelbe Rüben, Salatherzchen, Radieschen in Fächer geſchnitten, Blumenkohlröschen, Spargelſpitzen, Champignons, Büſchelchen von Kerbel oder Kreſſe, auch einzeln zu Blättchen verzupft ſehr weich gekochte Karotten, zu der gleichen Menge mit hartem Eigelb vermiſcht und in etwas Rahm verrührt, gehacktes Eiweiß, gehackte Sardellen uſw. Ein Hauptaugenmerk iſt der Gipfelverzierung zu ſchenken. Das gehackte Ei, Sardellen uſw. dienen zum Überziehen und Einteilen der Felder. Ausgeſtochene und halbmandelförmig geſchnittene Rüben oder Sellerie uſw. lege man im Kranz an den unteren Rand, ſo daß ein Scheibchen das andere verdeckt, oder umgebe den Rand der Glasſchale mit einem Kranz von grünem Salat, mit Scheibchen von hartem Ei unterbrochen.

Kalte Platten laſſen ſich auch wunderſchön mit den verſchiedenſten Salaten, auch Rote Rüben-Salat ſowie Rettichen, Wildſalaten, Peterſilie, Schnittlauch, Eſſiggurken, Kapern, Butterröschen, harten Eiern, Sardinen und Sardellen, Tomaten und Zitronenſcheiben garnieren. Ebenſo eignen ſich Räucherlachs und Mayonnaiſe vorzüglich zu Verzierungen, hauptſächlich bei Ruſſiſchen Eiern uſw.

Es folgen noch verſchiedene Zuſammenſtellungen für das kalte Büfett bei einer größeren Abendgeſellſchaft

Hühnerplatte.

Gebratenes Huhn auf Brotſockel, umlegt mit Aſpikdreiecken und Peterſilie.

Bürgerliche Schwedenplatte.

Scheiben von Roaſtbeef, Schweinsbraten, Kalbsbraten und Hackbraten ſchuppenartig gelegt. Dazwiſchen Tomaten nach Kapuzinerart, Gemüſe in Aſpik, Ruſſiſche Eier, Räuberſalat in Muſcheln, Wurſtrouladenſcheiben, Sardinen, Lachsroſen, verſchiedene feine Fiſchkonſerven.

Schweinsſchlegelplatte mit Rohkoſtſalat.

Die Bratenſcheiben künſtleriſch umlegt mit nach Farben geordneten Rohkoſtſalaten, wie Blumenkohl-, Gelbe Rüben-, Sellerie-, Rote Rüben-, Blaukraut-, Weißkraut-Salat u. a.

Fleiſch- oder Schinkenpaſtete.

Schinkenpaſtete, umlegt mit Blumen und Ranken aus Blätterteig.

Roaſtbeef-Platte.

Engliſch gebratenes Roaſtbeef in Scheiben, umlegt mit Lachseiern, Tomaten, mit Mayonnaiſe geſpritzt, und Franzöſiſchem Salat in Muſcheln oder Tomaten.

Haſenrücken, umlegt.

Haſenrücken mit Bratenſulz übergoſſen, umlegt mit in Wein gedünſteten, mit Mandeln geſpickten Äpfeln und mit roten Kirſchen (dazu kalte Cumberlandſoße).

Gabelfrühſtücksplatte.

Kaviar mit Zitronenachteln, Lachs, Salm, Brabanter Schnitten, Indiſcher Salat, Italieniſcher Salat, alles einzeln in Muſcheln geordnet.

Schinkenplatte.

Gekochter Schinken in Scheiben, umlegt mit heller Fleiſchſulz, Eiſcheiben, Salatherzen.

Platte mit kleinen Wildpaſtetchen.

Verſchiedene Paſtetchen mit Wildfleiſch in Aſpik.

Runde Schüſſel mit Italieniſchem Salat.

Nach Vorſchrift geſpritzt und verziert.

Forellen in Aſpik.

Zum Ring gelegte Forellen mit Sulzmayonnaiſe überſtreichen, umlegt mit roter Sulz und Trüffeln. (Als Erſatz Pumpernickelſtückchen.)

Ruſſiſcher Salat.

Siehe Angaben bei Salaten.

Käſeplatte I.

Verſchiedene Käſearten, Käſegebäcke, Schachbrettgarnituren, Brotſockel mit Radieschenbüſchel, Butterkugeln, Knäckebrot, Käſeſtangen.

Käſeplatte II.

Verwendung finden hierbei Käſebrötchen auf Pumpernickel im Schachbrettmuſter, Käſeſtangen aus Blätterteig, Käſekeks gefüllt mit Käſebutter, garniert mit Roquefort-Butter, Käſetörtchen aus Pumpernickelſcheiben, gefüllt mit Cheſterkäſe und Butter. — **Garnitur zur Käſeplatte:** Butterkugeln, Radieschen, Peterſilie, Freiburger Brezeln. Verſchiedene Käſeſorten in Scheiben oder Stannioleckchen können je nach Plattengröße noch mitverwendet werden.

Platte mit belegten Brötchen.

Belegte Brötchen aller Art, nach Farben paſſend geordnet.

Beefſteak à la tartare.

Kleine Beefſteaks, in muldenartiger Vertiefung je 1 rohes Eigelb mit Paprika beſtreut, Peterſilienſträußchen.

Fruchtſalate. (Siehe Salate.)

Mokkacreme-Torte.

Mit Buttercreme geſpritzt.

Kleingebäck.

Belegte Brote oder Sandwichs

Sandwichs nennt man die Appetitbrötchen, die man aufeinander geklappt anrichtet. Der Name kommt daher, daß Lord Sandwich, der ſich während der Arbeit nicht gern Zeit zum Eſſen nahm, ſein Beefſteak am liebſten zwiſchen zwei Brotſcheiben verzehrte. Ganz ohne ſein Zutun ſind die „Sandwichs" auf die Nachwelt überkommen. Heute macht man keinen Unterſchied mehr zwiſchen Sandwichs und „belegten Broten".

Zu belegten Brötchen eignen ſich am beſten Kaſtenbrot oder die dünnen, langen, runden Malakoffbrote. Beide dürfen nicht ganz friſch ſein. Vorſichtshalber ſchneidet man ſie mit einem gut angewärmten Meſſer, ohne zu drücken, indem man das Meſſer ſägeartig hin- und herzieht. Außerdem Wienerwecken und Pumpernickel.

Geröſtetes Brot (Toaſt) wird gern zu warmen und kalten Vorſpeiſen verwendet. Sie ſind mit und ohne Butter geröſtet ſehr beliebt. In letzterem Falle bedient man ſich dazu der verſchiedenen Brotröſter, die zum Röſten auf dem Ofen oder auf dem Tiſch in einfacher und feiner Ausführung käuflich ſind. (Backofen.)

Zu warmen Schnitten entfernt man die Rinde und ſchneidet die Scheiben nach Belieben zu, je nach Form der Auflage und Art der Garnierung. Beſonders zarte Lendenſchnitten, gebackenes Hirn oder Bries, pikante Hühner- oder Wildfleiſchfülle richtet man auf ſolchen geröſteten Scheiben (Croutons) gerne an, oder man garniert mit ihnen auch Braten, zwiſchen feinen Gemüſen. Pumpernickel (auch Simons- und andere ähnliche Brotarten) eignen ſich beſonders zu Käſebroten und werden dann gern mit gebutterten Weißbrotſcheiben gereicht. Übriger Pumpernickel wird gerieben und zum Verzieren von anderen Brötchen verwendet.

Malakoffbrot. ¼ Kilo Mehl, Salz, 10 Gramm Hefe, Waſſer.

Gewöhnlichen Hefeteig mit den angegebenen Zutaten bereiten. Hat man keine eigene Form, ſo nimmt man eine runde Konſervenbüchſe und läßt den Teig etwas weniger wie bei Hefeteig üblich, darin gehen und bäckt in gutem Ofen.

Belage zu den Brötchen.

Als Belag zu den Appetitbrötchen kommen in Betracht alle feinen Wurſtſorten (bei einfachen Gelegenheiten), ferner Kaviar, Hummer, Schinken, roh oder gekocht, in Scheiben oder verwiegt, ebenſo Lachsſchinken, Zunge, Braten, beſonders Schweinebraten, Sardellen- und Heringsſtreifen, Eier, hart oder gerührt, und Käſe, ſofern er mild und ohne ſtarken Geruch iſt. Am beſten eignen ſich Emmentaler, Edamer und Cheſter Käſe ſowie feine Rahmkäſeſorten. Letztere werden vor dem Aufſtreichen oder Miſchen paſſiert, Cheſter und Parmeſankäſe reibt man, Emmentaler, Edamer uſw. ſchneidet man in dünne Scheiben. Auch Tomaten, Gurken, Radieschen uſw. dienen als Belag.

Garnierung.

Allgemein gilt für das Garnieren, beſonders von Brötchen, daß man dieſelben möglichſt ungekünſtelt geſtaltet.

Aufbewahrung der fertigen Brötchen.

Man legt ſie auf ein Nudelbrett, bedeckt ſie mit Küchengittern und legt darüber feuchte Tücher, die öfter erneuert werden. Oder man legt ſie in eine tiefe weite Schüſſel, über die man feuchtes Pergamentpapier oder Zelluloidpapier legt und dann feuchte Tücher darüber ſpannt.

Vorbereitungen zur Herſtellung von Appetitbrötchen

Lachs ſchneidet man in dünne Scheiben, Streifen oder Roſen.

Bratenſcheiben verziert man mit in Fächer geſchnittenen Eſſiggurken, zurecht geſchnittenen Eiern (Eierſchneider), Kapern.

Eierbelag mit Sardellenſtreifen, die man aufrollt oder kreuzweiſe legt, ſowie Kapern. Radieschen werden in Röschen oder Blättchen geſchnitten. Fein geſchnittener Schnittlauch wird auf Eier, Tomatenſcheiben oder auf Butterbrötchen geſtreut.

Randeinfaſſungen.

Gehacktes Eiweiß, gehacktes Eigelb, gehackte Sulz (Aſpick), gehackte Gurken, Schnittlauch, Paprika, geriebener Pumpernickel, geſpritzte Mayonnaiſe und verſchieden gefärbte, geſpritzte Butter eignen ſich dazu. Auch kann man den Rand mit einer Gabel einrillen.

Butter- und Buttermiſchungen

Die Butter zu Brötchen wird immer ſchaumig gerührt, da ſie ſich dadurch dicker und doch ſparſamer aufſtreicht. Nicht in das Brot hineindrücken, ſondern leicht aufſtreichen.

Für manche Gerichte verwendet man Buttermiſchungen. Solche ſind:

Krebsbutter.

Man dünſtet die geſtoßenen Schalen von gekochten Krebſen mit Butter — ungefähr von 10 bis 15 Krebſen —, bis dieſe rot geworden ſind, ſchüttet dann heißes Waſſer dazu, ſeiht das Ganze durch ein feines Sieb oder Leinwand, läßt es erkalten, nimmt hierauf das geſtockte Fett ab und verwendet es nach Angabe. Wenn es nicht rein ſein ſollte, muß man es nochmals ſeihen.

Krebs-, Lachs-, Anchovis-, Sardellenbutter in Tuben miſcht man mit Butter.

Man nimmt etwa 6- bis 8mal ſo viel Butter als Paſte. Nimmt man mehr Paſte, ſo ſchmeckt die Butter tranig, zu ſtreng.

Sardellenbutter.

Gereinigte Sardellen werden geſtoßen, durch ein Sieb geſtrichen, mit Butter verrührt und kalt geſtellt. Zu 150 Gramm Sardellen nimmt man, je nach Geſchmack, 150 bis 300 Gramm Butter.

Oder: Zu 150 Gramm Sardellen nimmt man 300 Gramm Butter, verrührt es mit 1 Löffel voll Öl und Kaperneſſig und verwendet ſie zum Umlegen von Beefſteaks uſw.

Knoblauchbutter.

Zerdrückter Knoblauch wird durch ein Sieb geſtrichen, mit Butter gemiſcht und bei Bereitung von Soßen und Fleiſchſpeiſen, Roſtbraten uſw. verwendet.

Käſebutter.

⅓ bis ½ Käſe, das andere Butter. Alle weichen Käſe paſſieren, harte reiben.

Eibutter.

Eigelb und Butter vermengen, kann lachsrot gefärbt werden.

Paprikabutter.

Eignet ſich beſonders für Topfen, zu Schwarz- und Pumpernickelbroten.

Senfbutter.

Franzöſiſchen Senf und Butter vermiſchen und beſonders als Unterlage von Schinken und Braten verwenden.

Kräuterbutter.

1 Handvoll fein gehackter Peterſilie, Eſtragon, Dill, Schnittlauch, Kerbel, Pimpinelle, Schalottenzwiebeln mit 1 Priſe Salz und dem Saft ½ Zitrone

und 80 Gramm Butter vermiſcht, ergibt einen geſunden und appetitlich ausſehenden Aufſtrich. Man kann nach Belieben eines oder mehrere der angegebenen Kräuter weglaſſen.

Cheſterbutter. 100 Gramm Butter, 120 Gramm geriebenen Cheſterkäſe, 1 Priſe Paprika miſchen.

Auf die geſtrichenen Brötchen Paprika ſtreuen.

Zuſammenſtellungen verſchiedener Garnierungen bei runden Pumpernickelbroten, Kaſtenbroten, Wiener Wecken

Auf rund ausgeſtochene Pumpernickelſcheiben:

2 Eiſcheiben auf Butter mit Schnittlauch.

Paprikabutter. Rand von gehacktem Ei, Kräuterbutter-Tupfen.

Anchovis-, Lachs- oder Sardellenbutter, gerillt. Rillen heißt, mit dem Meſſer gebogene Kerben ziehen.

Butter gerillt. In der Mitte Schinkenroſe mit Aſpik.

Kräuterbutter, gerillt. Radieschenblätter, in deren Mitte runde Käſeſcheibe, kleinſte Peterſilienblättchen.

Roſe aus Lachs auf geſtupfter Butter, Gurkenblättchen.

Tomatenbutter, Eiweißring, dieſer mit Kaviar gefüllt.

Gerillte feine Leberwurſt, Anchovisbutter-Tupfen, gehacktes Eigelb.

Butter gerillt, 1 Eiſcheibe mit Sardellen garniert.

Auf Wiener Weckchen:

Kräuterbutter, ſeitlich gelegte Eiſcheibe, kleine Felder von gehacktem Eigelb.

Lachsbutter gerillt, Eiweißring, gefüllt mit rotem Aſpik, umrandet von Kaviar.

Mettwurſt, geſtupft, Schinkenroſe, Schnittlauch.

Streifenfelder von Mettwurſt, gehacktem Ei, gehackten Gurken.

Geſtupfte Eibutter, Lachsroſe, Gurkenblätter.

Lachsſcheibe in der Mitte, außen gehacktes Ei.

Leberwurſt geſtupft, Eiring mit Gurke, darauf gehacktes Eigelb.

Butter gerillt, Felder von abwechſelnd gehacktem Eigelb, Schnittlauch, Kaviar.

Anchovisbutter gerillt, Eiſcheibe mit Kaviar.

Auf Kaſtenbrot:

Viereck von Lachsſtreifen, in der Mitte Kaviar, außen Gurkenblätter.

Lachsbutter gerillt, Rillenfelder von gehacktem Ei, Schnittlauch, Gurken.

Kalte Platten — Belegte Brote — Salate

Lachsſchinkenſcheibe, rund, Gurkenblätter, Ecken aus gehacktem Ei.

Butter, ganz mit gehacktem Eigelb beſtreut, in der Mitte Schinkenſcheibe.

Butter, gerillt, Tomatenröschen mit Mayonnaiſe.

Lachsſchinkenroſe, gehackter Aſpik in den Ecken, Peterſilie dazwiſchen.

Anchovisbutter, Eiſcheibe mit Sardellen und Kapern.

Neuartige Appetitbrötchen.

Zum Fünf-Uhr-Tee ſtatt Kuchen. (Orientaliſche Sandwiches.)

Käſebrötchen mit Datteln. 1 Päckchen Rahmkäſe, Salz, 12 Datteln, geriebene Nüſſe.

1 Päckchen feinen Rahmkäſe paſſieren, mit 12 klein gehackten, entkernten Datteln und 1 Priſe Salz vermengen, auf geröſtetes Weißbrot ſtreichen und mit geriebenen Mandeln beſtreichen.

Dattelbrötchen mit Mandeln. ½ Taſſe Datteln, ¼ Taſſe Schlagrahm, ½ Taſſe Mandeln, 1 Teelöffel Salz.

Datteln und Mandeln fein hacken, Schlagrahm darunter heben, aufſtreichen, mit Schlagrahm ſpritzen.

Zitronenbutter für Sandwichs. ½ Taſſe Butter, Puderzucker, geriebene Schale 1 Zitrone, 2 Eßlöffel Zitronenſaft.

Die Buter ſchaumig rühren, Saft und Schale der Zitrone und nach Belieben Puderzucker darunter rühren. Erfriſchung für heiße Tage.

Orangen-Ei-Sandwichs. 2 hart gekochte Eier, 1 Eßlöffel geſchälte, gehackte Mandeln, 1 bis 2 Eßlöffel ſüßen Rahm, 2 Eßlöffel Puderzucker, 1 Eßlöffel Butter, geriebene Schale, 1 Orange, Saft nach Bedarf.

Die Eier fein verſtoßen, mit Butter glatt rühren, die übrigen Zutaten darunter miſchen. Nach Bedarf mit Saft verdünnen.

Ananasbrötchen mit Käſe.

Nach Bedarf Ananasſcheiben fein verwiegen, mit feinem Rahmkäſe und 1 Priſe Curry (indiſches Gewürz) vermiſchen und auf Butterbrötchen ſtreichen.

Zunge- und Apfelbrötchen. 1 Teil gekochte, gewiegte Zunge, ¼ Teil geſchlagene Butter, ½ Teil geriebene Äpfel, ¼ Teelöffel Salz.

Alles gut vermiſcht auf geröſtete Brotſcheiben ſtreichen und mit einem Rändchen von gehackter Sulz verzieren.

Huhn- und Mandelbrötchen. ½ Taſſe gewiegtes Hühnerfleiſch, 4 Eßlöffel Rahm, ½ Taſſe gehackte Mandeln, ½ Teelöffel Salz, ½ Teelöffel Zitrone, Priſe Paprika, Priſe Pfeffer.

Hühnerfleiſch und Mandeln miſchen, mit Sahne (Rahm), Zitrone und Gewürz gut verrühren, auf Brötchen ſtreichen, mit gehacktem Eigelb beſtreuen.

Gurken-Sandwichs.

Dünne Scheiben von engliſchem Kaſtenbrot werden mit Butter geſtrichen, mit feinen Scheiben geſchälter Gurke belegt, geſalzen und gepfeffert, 1 Scheibe Brot darüber gelegt, die Rinde abgeſchnitten und der Länge nach durchgeſchnitten.

Sandwichs mit Brunnenkreſſe.

Scheiben wie oben, beſtrichen mit fein gehackter Brunnenkreſſe, leicht gebunden mit dicker Sahne, engliſchem Senf, Salz und Pfeffer nach Geſchmack.

Karlsbader Brötchen.

Rund ausgeſtochenes Scheibenkaſtenbrot, buttern und mit einer Miſchung von ⅓ entkernten, feingewiegten Karlsbader Pflaumen, ⅔ feingehackten Hühnerreſten, etwas ſchaumig gerührter Butter, Salz, Pfeffer und einigen Tropfen Zitronenſaft ſtreichen.

Eierbrötchen.

Rund ausgeſtochene Kaſtenbrotſcheiben röſten, buttern und mit einer gleich großen Scheibe Räucherlachs belegen, hierauf 1 Scheibe hart gekochtes Ei mit Mayonnaiſe leicht überziehen und mit einer runden Scheibe Radieschen verzieren.

Frühlingsbrötchen.

Butterbrötchen mit in Scheiben geſchnittenen Radieschen, Tomaten, Gurken verzieren und mit gehackter Kreſſe oder Schnittlauch beſtreuen.

Verwendung von Reſten.

Ergeben die Reſte keine ſchönen Scheiben mehr, ſo wiegt man ſie fein, vermiſcht ſie mit geſchlagener Butter, auch mit Krebs-Senfbutter oder einer anderen paſſenden Buttermiſchung und ſtreicht ſie auf Brötchen, drückt ſie gut an und verziert ſie. Auch kann man das ganze Püree in ein ausgehöhltes, langes Brötchenbrot geben und bei Gebrauch Scheiben davon abſchneiden. (Moſaikbrot.)

Oder:

Reſte ganz grob wiegen, mit Mayonnaiſe oder Remouladenſoße miſchen. Größere Brötchen damit beſtreichen und mit Aſpik beſpritzen.

Moſaikbrötchen.

Reſte in Würfel mit dicker Mayonnaiſe oder Remouladenſoße vermiſchen. Ein Wiener Kipf oder Weckerl aushöhlen und mit den Reſten füllen. Über Nacht ſtehen laſſen, am andern Tag in Scheiben ſchneiden.

Käſeplatten – Käſegebäcke

Verſchiedene Scheiben Käſe können lagenweiſe mit Brotſcheiben (Weißbrot, Schwarzbrot, Pumpernickel, kleine Freiburger Brezeln), eventuell Radieschen und geformter Butter angerichtet werden. In der neuzeitlichen Küche gibt man meiſt an Stelle der Käſeplatte verſchiedenes Käſegebäck.

Käſebrötchen mit Pumpernickel.

Man nimmt dazu nur ganz milden Käſe (wie Cheſter, Brie, feinen Rahmkäſe), miſcht ihn halb und halb mit Butter, rührt beides ſchaumig und gibt etwas Salz, Paprika und Senf ſowie Madeira dazu. Mit dieſer Maſſe beſtreicht man 2 bis 5 Punpernickelſcheiben auf beiden Seiten, die erſte und letzte nur auf einer Seite. Nun legt man ſie genau aufeinander, preßt ſie kurze Zeit, ſchneidet ſie in 1 bis 1½ Zentimeter dicke Streifen oder in Dreiecke.

Andere Art.

Man beſtreicht die Pumpernickelſcheiben wie oben, aber nur mit geſchlagener Butter und gibt zwiſchen die Scheiben feingeſchnittenen Emmenthaler, Holländer oder anderen Käſe und ſchneidet Schnitten oder Dreiecke. Man nimmt gern Käſe in verſchiedenen Farben dazu. Auf einer Käſeplatte oder mit anderen Appetitbrötchen, ſehen dieſe Brötchen ſehr hübſch aus.

Brötchen mit Kräuterkäſe.

Geriebenen Kräuterkäſe mit Butter miſchen, auf Pumpernickelſcheiben ſtreichen und mit einem Gitter oder Rand von geſpritzter Butter verzieren.

Cheſter-Brötchen, Butter. 100 Gramm Butter, 120 Gramm Cheſterkäſe, 1 Priſe Paprika miſchen.

Zu den Cheſterbrötchen nehme man Wiener Kipf, in Scheiben geſchnitten. Auf eine Seite toaſten, d. h. gelb röſten, mit Cheſterbutter beſtreichen.

Allerlei Käſegebäcke

Käſeſtangen. Zum Blätterteig: ¼ Kilo Mehl, 1 Eigelb, 1 Priſe Salz, knapp ⅛ Liter Waſſer und 1 bis 2 Eßlöffel Wein. Zum Einſchlagen: ¼ Kilo Butter, 125 bis 100 Gramm Emmentaler Käſe.

Der fertige Blätterteig wird einige Male auf dem geriebenen Emmentaler Käſe ausgewellt (die letzte Tour). Man ſchneidet dann Streifen, die man ineinander dreht, vorher mit Eigelb bepinſelt, mit Salz beſtreut und bei guter Hitze bäckt.

Käſeſtangen, andere Art. ¼ Kilo Mehl, 100 Gramm geriebenen Käſe, 80 Gramm Butter, 1 bis 2 Eigelb, Salz, Pfeffer, Paprika, 3 Eßlöffel ſauren Rahm.

Alle Zutaten auf dem Nudelbrett zu einem feſten Teig arbeiten, meſſerrückendick auswellen, in 2 Zentimeter breite und 10 bis 12 Zentimeter lange Streifen ſchneiden und dieſe mit Eigelb ſtreichen. In heißem Ofen hellgelb backen.

Käſeröllchen. Blätterteich: 60 Gramm Butter, 2 bis 3 Eier, 100 Gramm geriebenen Käſe, Salz, Paprika.

Butter ſchaumig rühren, Eigelb, Gewürz, geriebenen Käſe und Eiſchnee dazugeben. Blätterteig dünn ausrollen, in der Größe eines Kartenblattes Flecke ſchneiden, die Fülle darauf verteilen, die Ränder mit Eiweiß beſtreichen, die Flecke zu Röllchen zuſammenrollen. Oben mit Eigelb ſtreichen und in heißem Ofen backen. Auf einer Serviette warm anrichten.

Käſe-Keks. (6 bis 8 Perſonen.) ¼ Kilo Mehl, 120 Gramm Mandeln, 60 Gramm geriebenen Cheſterkäſe, 60 Gramm geriebenen Parmeſankäſe, 100 Gramm

Butter, 1 Priſe Salz, 1 Priſe Paprika, 1 bis 2 Eßlöffel Rahm. Zur Fülle: 100 Gramm Butter, 30 Gramm geriebenen Parmeſankäſe, 20 Gramm geriebenen Cheſterkäſe, Salz, Paprika.

Die Mandeln ſchälen und reiben, die Butter zerlaſſen, abkühlen, dann Mehl, Mandeln und Käſe, Salz, Paprika in einer Schüſſel vermengen, langſam die zerlaſſene Butter dazu und zuletzt den ſauren Rahm. Den Teig verkneten und kaltſtellen. Dann meſſerrückendick auswellen und ausſtechen, auf gefettetes Blech geben und bei mäßiger Hitze hellgelb backen. Erkalten laſſen, dann zwei aufeinander ſetzen und dazwiſchen die Fülle geben.

Käſetörtchen.

8 Scheiben Pumpernickel, 4 Scheiben davon mit Käſebutter beſtreichen, 4 Scheiben mit Butter aufeinanderſetzen, äußeren Rand mit Butter beſtreichen.

Käſetörtchen, andere Art.

8 Pumpernickelſcheiben aufeinander legen. Mit Kräuterbutter die Pumpernickelſcheiben beſtreichen. Lagenweiſe Edamer Käſe und Liptauerkäſe darauf geben. Rand mit Butter einſtreichen und in Sechzehntel ſchneiden, nachdem ſie vorher gepreßt ſind. An Stelle des Liptauers kann man auch Käſebutter verwenden. Auf 125 Gramm Butter 60 Gramm geriebenen Kräuterkäſe oder Cheſterkäſe. Die ſchaumig gerührte Butter mit Käſe miſchen.

Ausgeſtochenes Käſegebäck. 125 Gramm Mehl, 60 Gramm geriebene Mandeln, geſchält, 75 Gramm friſche Butter, 30 Gramm geriebenen Parmeſankäſe, 30 Gramm geriebenen Cheſterkäſe, 1 Priſe Salz, 1 Priſe Paprika und 1 bis 2 Eßlöffel ſauren Rahm. Zur Fülle: 30 Gramm Butter, 15 Gramm geriebenen Parmeſankäſe, 10 Gramm geriebenen Cheſterkäſe, Salz und Paprika.

Mehl ſieben, Mandeln ſchälen, reiben, Butter zerlaſſen und abkühlen, dann Käſe reiben und alles miſchen. Teig etwas ruhen laſſen, dann Formen ausſtechen. Bei ſchwacher Hitze backen. Nach dem Erkalten mit der Käſebutter beſtreichen. Zur Käſebutter ſiehe Zutaten. Die übrigen Zutaten zur ſchaumig gerührten Butter geben.

Salzſtangen, mit Hefe bereitet. ¼ Kilo Mehl, 10 bis 15 Gramm Hefe, 60 Gramm Buter (30 Gramm Butter, 30 Gramm Schweinefett), ⅛ Liter Milch, ½ Ei, Salz, Kümmel.

Von der Hälfte Mehl, der Milch und der Hefe einen Vorteig machen und 1½ Stunden warm ſtellen. Mit den anderen erwärmten Zutaten einen ziemlich feſten Teig arbeiten, bis er ſich gut von der Schüſſel löſt. Stangen formen. 20 Minuten gehen laſſen, mit Eigelb oder Milch abziehen und hellgelb backen. Die Maſſe gibt 35 bis 40 Stück.

Fleiſchſulz oder Gelee (Aſpik)

Vormerkung.

Zum Einlegen in Fleiſchſulz oder als Erſatz in Gelatineſulz eignen ſich Fleiſch, Gemüſe, hartgekochte Eier. Man verwendet dazu große und kleine Formen, die man zuerſt mit etwas Sulz ausgießt, dann belegt man mit der Einlage, die entweder in Püreeform (Kalbfleiſch, Wildfleiſch uſw.) oder in Scheiben und allerlei Stern- und Blumenformen geſchnitten werden kann. Darauf bedeckt man wieder mit Sulz und läßt das Ganze erſtarren.

Das Klären der Sulzen.

Hat man die Sulz, wie nachſtehend angegeben, gekocht, ſo iſt es ratſam, ſie vor dem Kaltſtellen zu klären, damit ſie durchſichtig und anſehnlich wird. Zu dieſem Zwecke gibt man auf 1 Liter Sulz 1 Eiweiß und etwas Zitronenſaft und erhitzt die Flüſſigkeit unter beſtändigem Schlagen mit dem Schneebeſen bis zum Kochen. Man läßt ſie dann auf kleinem Feuer in geſchloſſenem Topfe etwa 5 bis 10 Minuten langſam kochen, bis ſich das Eiweiß zu Flocken zuſammengeballt hat und die Sulze klar geworden iſt. Nun gießt man die Sulz durch ein Seihtuch (Molton- oder Piqueetücher), deſſen 4 Enden man an die Beine eines umgeſtürzten Küchenſtuhles gebunden hat. Sollte die Sulz dann noch nicht ganz klar ſein, ſo läßt man ſie noch ein- bis zweimal durch das Tuch laufen, ohne das geſtockte Eiweiß daraus zu entfernen. Dann ſtellt man die Sulz kalt. Die fleiſchige Haut der gekochten Füße preßt man zwiſchen zwei naſſen Brettchen, bäckt ſie paniert oder unpaniert oder verwendet ſie zur Suppe oder zu Haſchee. Wenn nötig, kann man vor dem Klären oder nachher einige Blatt Gelatine in die Sulz geben, damit ſie ſteifer und zum Ausſtechen oder dergleichen geeigneter wird.

Beim Eingießen der Sulzen in die Form geht man zweckmäßigerweiſe folgendermaßen vor: Die Form taucht man in kaltes Waſſer, klopft ſie dann aus und ſtellt ſie kühl, auf Steinboden, Schnee oder Eis, worauf man die Sulze eingießt. Hat man mehrfarbiges Aſpik einzufüllen, ſo muß man, nachdem die erſte Lage eingegoſſen iſt, warten, bis dieſe ſo feſt geworden iſt, daß der Finger keinen Eindruck mehr hinterläßt; die nun darauf zu ſchüttende Lage muß aber noch ſo lau ſein, daß ſie ſich gut mit der ſchon feſten verbindet, da ſie ſich ſonſt beim Herausſtürzen löſt.

Wird, wie kurz erwähnt, die Sulze unterlegt, ſo gießt man zuerſt eine fingerdicke Schicht ein, läßt die feſt werden, gibt darauf dann Fleiſch, Eſſiggurken, Eier uſw., was man mit weicher Sulze anklebt und dann vorſichtig damit übergießt, damit es ſich nicht verſchiebt. Man kann ſo beliebig viele Lagen und Figuren eingießen, aber auf jeden Fall erfordert dies einige Übung, beſonders, wenn man mit vielerlei Gemüſen, Schwämmen, Fleiſch uſw. unterlegt.

Beim Stürzen legt man auf die Form eine paſſende flache Schüſſel, dreht dieſe mitſammen um, legt nun ein nicht zu warmes Tuch um die Form, damit das Aſpik ſich löſt und hebt dann die Form vorſichtig gerade in die Höhe.

Sulzen werden um ſo beſſer, je mehr verſchiedene Fleiſchgattungen man hierzu verwendet. Man kann aber auch von Schweinsfüßen oder Kalbsfüßen oder mit beiden zuſammen eine Sulze bereiten, doch läßt dann der Geſchmack zu wünſchen übrig.

Die fertige Sulze muß feſt ſein, ſo daß man ſie gut ſchneiden kann. Um dies leichter zu erreichen, kann man nach Belieben einige Blatt Gelatine beifügen. Ferner ſoll Sulze leicht im Munde zergehen, von angenehm ſäuerlichem Geſchmack, in der Farbe an Weißwein erinnernd und ſchön klar ſein.

Verſchiedene Sulzformen mit paſſenden Einlagen.

Ring- und Kranzform. Hartgekochte Eier abwechſelnd mit friſchen Tomatenſcheiben einſchichten und mit Fleiſch auffüllen.

Rehrückenform. Gurken in kleine Blättchen ſchneiden, Eiſcheiben und Tomatenſcheiben darauf geben. Mit Leberpain auffüllen. Nach dem Stürzen mit Salat (Niſſel) und Butterrollen verzieren.

Runde Platten. Schweinskoteletten mit Gemüſe und Eiern garnieren. Sulz darüber.

Lange Platten. Gefüllte Kalbsrolle als Einlage.

Kleine Becher in Sulz. Krabben als Einlage.

Tortenform. Auf dem Boden eine Marguerite von Eiern und Gurken legen. Als erſte Lage nach dem erſten Einſulzen Schinken oder geräucherte Zunge.

Timbalform. Mit Vogelneſtern, aufgeſchnitten und eingelegt.

Garnituren. Kapern, Erbſen, Gelbe Rüben, Tomaten, Gurken, Eier, Peterſilie, Salat, Butterkugeln, gehackte, ausgeſtochene oder gefärbte Sulz.

Fleiſchſulz (Gelee oder Aſpik). (Grundrezept). 1 Kalbsfuß, ½ Schweinsfuß, ¼ Kilo mageres Ochſenfleiſch, 1½ bis 2 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Salz, Suppengrün, Zwiebel mit Schale, 1 Zitronenſcheibe, ¼ Lorbeerblatt, 2 Pfefferkörner, 2 Eßlöffel Wein (Madeira), Maggi-Würze.

Kalbs- und Schweinsfuß in 1 bis 1½ Liter Waſſer zum Kochen bringen, abſchäumen, die Gewürze zugeben und in gut geſchloſſenem Topfe 2 bis 3 Stunden kochen laſſen, bis man noch ungefähr den vierten Teil der Flüſſigkeit hat. Dann gibt man das Ochſenfleiſch durch die Maſchine, übergießt es mit $^{3}/_{8}$ Liter kaltem Waſſer und läßt es 2 Stunden ſtehen. Dann gießt man die Kalbsbrühe dazu, läßt alles unter Rühren noch einmal aufkochen, gießt dann die Brühe durch ein Seihtuch und läßt dies in der Kälte ſtehen.

Fleiſchſulz, andere Art.

Auf einen Kalbsfuß nimmt man 2 Schweinsfüße, ſpaltet dieſe und gibt ſie mit Fleiſch vom Wadſchenkel, ½ Kilo, oder auch 1 Stück Schweinskopf, etwas Rinds- oder Kalbsleber und ſo viel Waſſer in einen Topf, daß dieſes ein gutes Stück über das Fleiſch ſteht; will man die Sulze beſonders fein machen, ſo kocht man ein Suppenhuhn, Rebhühner oder Tauben im Sulzfleiſch mit, welche man dann wieder herausnimmt, wenn ſie fertig gekocht ſind. Nachdem der Topf zum Kochen geſtellt iſt, ſchneidet man Zwiebeln, Gelbe Rübe, Peterſilie und etwas Sellerie in Scheiben, dünſtet dieſes Fett, bis die Zwiebeln gelb anlaufen und gibt es dann mit etwas Thymian, 1 Lorbeerblatt, etwas Neugewürz und Pfefferkörnern zum kochenden Fleiſch und läßt alles unter fleißigem Abſchäumen und Abfetten 4 bis 5 Stunden bei mäßiger Hitze kochen. Wenn alles Fleiſch gut weich iſt, ſchmeckt man leicht mit Salz ab, gibt nach Geſchmack Eſſig und Weißwein dazu, läßt noch einige Zeit ruhig kochen, ſtellt das Geſchirr beiſeite und ſeiht es nach einer Weile durch ein feines Sieb in ein anderes Geſchirr, welches man kalt ſtellt. Nachdem die Sulze etwa 12 Stunden geſtanden hat, wird das Fett ſauber abgenommen und die Sulze zum Klären wieder erwärmt. Sollte ſie etwas zu wenig feſt ſein, ſo kann man nun Gelatine hinzufügen. Will man ſie für ſpätere Verwendung aufbewahren, ſo füllt man in Einſiedegläſer, die man gut verſchließt und kühl aufbewahrt.

Braunes, dunkles Aſpik bereitet man, indem man zu der geklärten Sulze ſo viel Maggi's Würze miſcht, bis man die gewünſchte Färbung erreicht hat oder man brät das Fleiſch uſw. vor dem Kochen ziemlich ſtark an und hilft hernach noch mit Würze nach. Rotes Aſpik färbt man mit Rotem-Rüben-Saft; wird noch dunkler, wenn man etwas rote Speiſefarbe zugibt.

Ein ſchnell bereitetes Aſpik iſt folgendes: Für etwa 1 Liter Sulze löſt man 30 Gramm Gelatine mit Fleiſchbrühe auf, gibt dazu kräftig Maggi's Würze, Zitronenſaft, Weißwein und Gewürzeſſig nach Geſchmack, miſcht nach Bedarf noch gute Fleiſchbrühe heiß dazu, ſeiht alles durch ein Tuch, wie oben angegeben, und ſtellt dann auf Eis.

Künſtliches Aſpik.

Ochſenfleiſchbouillon ohne Knochen kochen, durchſeihen, erkalten laſſen, nach dem Erkalten entfetten.

Auf 1 Liter kräftige, entfettete Fleiſchbrühe 2 Eßlöffel durchgeſeihten Zitronenſaft, ⅛ Liter Eſſig, ⅛ Liter Apfel- oder Weißwein, 25 Blatt weiße Gelatine, wenn nötig noch Salz. Zum Klären: auf 1 Liter Brühe 2 Eiweiß und 2 Eierſchalen.

Die entfettete Brühe mit den angegebenen Zutaten abſchmecken, Gelatine waſchen, mit einem Teil der Bouillon auflöſen, durchgeſeiht zugeben. Die Flüſſigkeit abermals meſſen, erkalten laſſen. Die mit der Gabel verklopften Eiweiß dazu, ſowie die gewaſchenen Eierſchalen. Auf dem Feuer unter Umrühren das Ganze langſam erwärmen, einmal aufkochen, dann an die Herdſeite ſtellen. Zeigen ſich an der gebildeten weißen Haut Riſſe, dann ohne zu ſchütteln durch einen Seihbeutel gießen.

An Stelle der Ochſenfleiſchbrühe kann man ſich auch eine Brühe aus Maggi-Bouillonwürfel herſtellen. Auf 1 Liter heißes Waſſer 4 Maggiwürfel. Zum Abſchmecken an Stelle von Weißwein Madeira nehmen. Herſtellung die gleiche, wie oben.

Braunes Aſpik eignet ſich zum Einlegen für Wild uſw.

Weißes Aſpik eignet ſich zum Einlegen für Fiſche, Ochſen-, Schweine- und Kalbfleiſch, Geflügel.

Sulzſpeiſen

Gänſeleber in Sulz. 1 Gänſeleber (¼ Kilo), 2 Trüffeln, dünne Speckſcheiben, ¼ Liter Madeira, ½ Liter weiße Kalbfleiſchbrühe, 3 Champignons, 1 Gelbe Rübe, 1 Schalotte, 1 Sträußchen Peterſilie, ¼ Liter Fleiſchſulz. Zum Einlegen: 1½ Liter Fleiſchſulz. Zur Garnitur: 1 Trüffel, hart gekochtes Eiweiß, 1 Eſſiggurke.

Die gedämpfte Gänſeleber (ſiehe Rezept „Geflügel") vom Speck befreien und kalt ſtellen. Mit einem durch heißes Waſſer gezogenen Meſſer die Leber in ¾ Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden, dieſe auf eine Platte legen und mit ¼ Liter in heißem Waſſer flüſſig gewordener Fleiſchſulz übergießen. Eine ausgeſpülte oder mit Öl beſtrichene Sulzform in klein geklopftes Eis einpacken, mit flüſſiger, doch nicht warmer Sulz ausſtreichen und eine nach Belieben zugeſchnittene Garnitur von Trüffeln, gekochtem Eiweiß und Gurken einſetzen. Sobald dieſe etwas feſt geworden iſt, vorſichtig flüſſige Sulz eingießen und, wenn dieſe anfängt zu ſtocken, Gänſeleberſchnitten einlegen, doch nicht zu dick aufeinander. Wieder Sulz eingießen, halb erſtarren laſſen und ſo fortarbeiten, bis die Form gefüllt iſt. Nun läßt man das ganze erſtarren. Iſt man beim Einlegen ungenau und läßt die Sulz nicht immer wieder etwas erſtarren, oder man verwendet die Sulz zu warm oder zu kalt, ſo kann dieſe trübe werden oder auseinanderfallen. Beim Gebrauch die Form einige Sekunden in heißes Waſſer eintauchen, vorſichtig ſtürzen und mit gebackter Sulz, Peterſilie, Krebsſchwänzen, Kartoffelröschen oder dergleichen verzieren. Hat man vor dem Stürzen die Platte mit kaltem Waſſer überſpült und iſt die Sulz feſt genug, ſo kann man die geſtürzte Sulz, wenn nötig, etwas verſchieben.

Sulz mit Zunge und Gemüschen. ½ Liter Fleiſchſulz, 50 Gramm Zunge, 50 Gramm Schinken, ½-Liter-Büchſe Erbſen und Karotten.

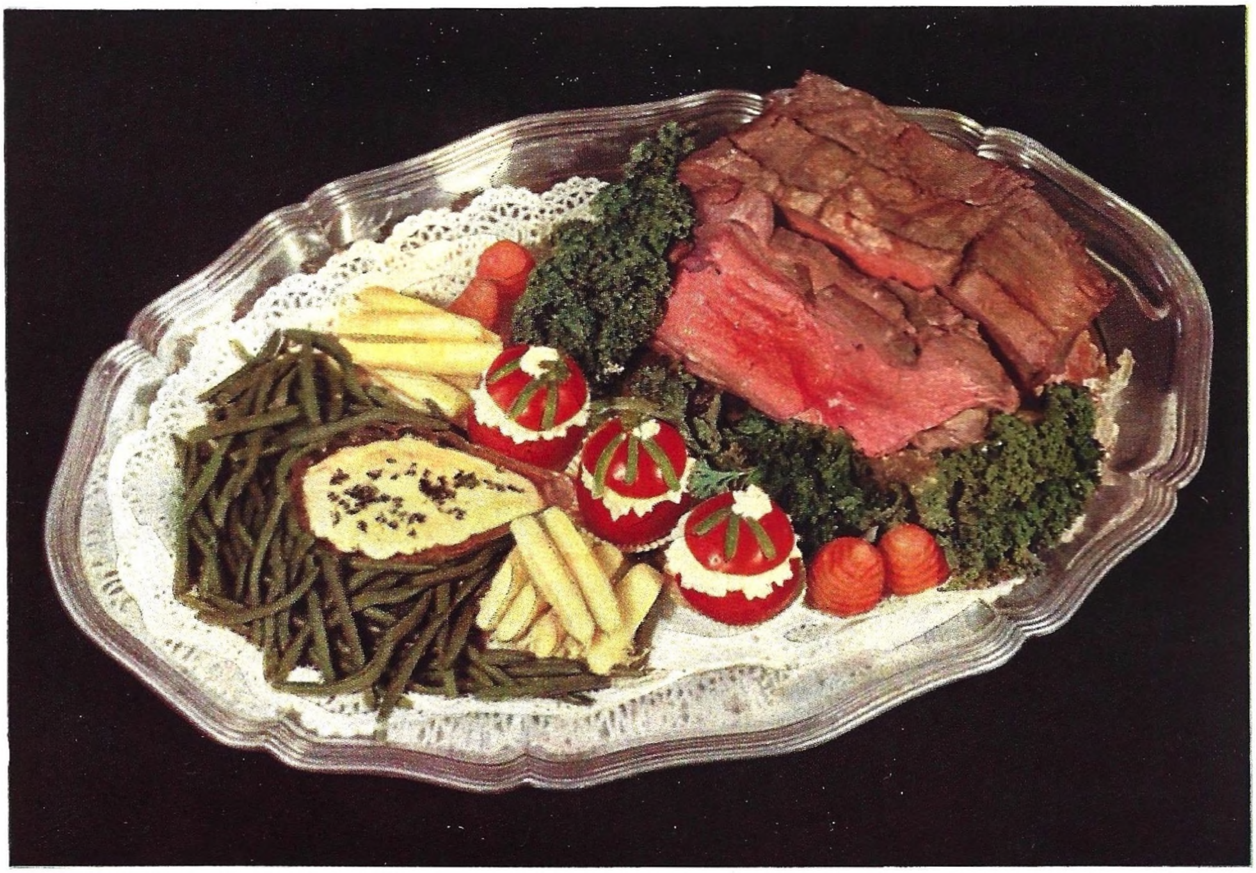
Kleine Sulzformen oder auch eine größere und mehrere kleine in klein gehacktes Eis packen, mit Fleiſchſulz ausgießen, in die Mitte eine Zungenſcheibe, außen herum Gemüſe geben; wenn die Garnitur etwas feſt geworden iſt, Sulz darüber gießen und nun abwechſelnd Schinkenſtreifen, Zungenwürfel und Sulz einfüllen, ähnlich, wie oben angegeben.

Falſcher Salm von Kalbsſchlegel. 1½ Kilo Kalbfleiſch, 1 Eßlöffel Salz, 2 Gramm Salpeter. Zur Beize: ⅓ Liter Wein, ⅓ Liter Eſſig, ⅓ Liter Waſſer, ½ Zitrone, 1 Zwiebel mit 6 Nelken, ½ Lorbeerblatt, Peterſilie, Eſtragon, 6 Pfefferkörner. Zum Beſtreichen: 3 Sardellen, 1 Teelöffel Kapern, Maggiwürze, 1 Teelöffel Peterſilie, 1/10 Liter Öl.

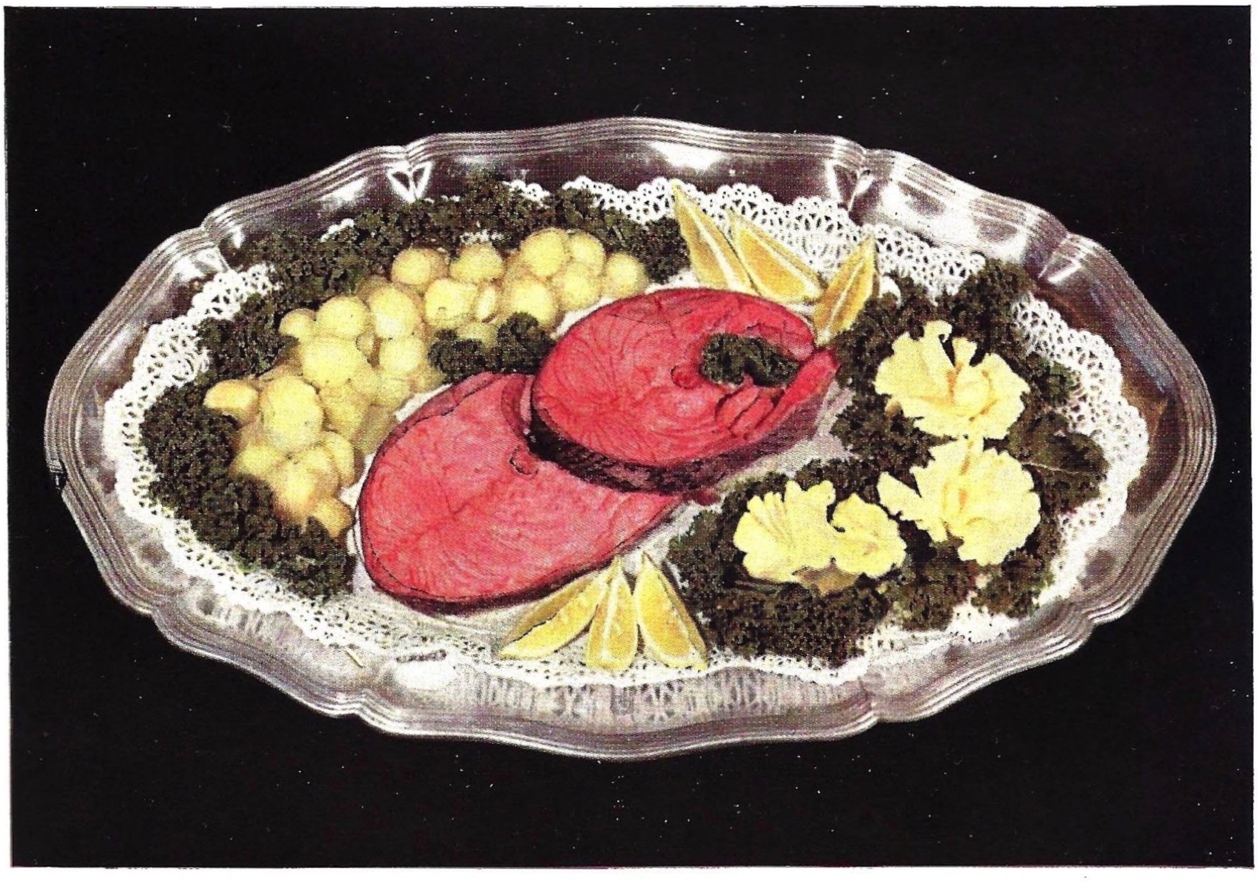
Man benötigt dazu den unteren Teil eines Kalbsſchlegels, den man häutet, länglich formt und in der Form eines Salms bindet. Man reibt ihn tüchtig mit Salpeter und Salz ein, gibt ihn in eine längliche Schüſſel und übergießt ihn mit den angegebenen Beizzutaten. Das Fleiſch muß täglich gewendet werden. Nach 4 bis 5 Tagen ſtellt man es mit der Beize bei, kocht es 1 Stunde langſam und vorſichtig, damit es nicht faſerig wird, und läßt es in der Beize erkalten. Vor Gebrauch ſchneidet man das Fleiſch in ſchöne Scheiben, ſetzt dieſe wieder zuſammen und beſtreicht ſie mit folgender Fülle: Peterſilie, geputzte Sardellen und Kapern fein verwiegen, durch ein Haarſieb geben und mit Öl und einigen Tropfen Maggiwürze glatt verrühren. Das abfließende Öl von Zeit zu Zeit über das Fleiſch gießen. Beim Anrichten die Scheiben ſchuppenartig auf eine Platte ordnen und Salat oder Mayonnaiſe dazu reichen. Oder die Scheiben in eine halb erſtarrte Schicht von Fleiſchſulz einſetzen und mit Sulz übergießen.

Kalbskopfſulz.

Einen Kalbskopf oder Teile davon in Salzwaſſer mit Suppengrün und Gewürze weich kochen, in kleine Würfel ſchneiden, mit Zitronenſaft, Salz und etwas



Roastbeef garniert: Auf einer Seite der Platte das Fleischstück auf einen kleinen Sockel angerichtet, dazu gefüllte Tomaten, Spargelköpfe und Prinzeßbohnen (in Butter geschwenkt), in der Mitte in kleiner Glasschale Remouladensoße; Roastbeef mit Petersilie umgrenzt.



Fischplatte: Rheinsalm oder Stealheadlachs mit ausgestochenen Kartoffelbällchen, Butterrosen und Zitronenscheibengarnierung. Das Ganze mit Petersilie oder Winterkohlblätter geschmückt.

Pfeffer marinieren. 2 Liter von der Brühe klären, wenn nötig 8 bis 10 Blatt weiße Gelatine beigeben. In eine Sulzform füllen und fertigſtellen.

Geflügel oder Fleiſch in Sulz.

Reſte von gebratenem Geflügel, Geflügelrolle oder auch Kalbs- oder Schweinebraten, gebratenen Koteletten u. a. können, in paſſende Stücke geteilt, in Sulz eingelegt werden.

Leberpain in Aſpik. ½ Kilo Kalbsleber, 100 Gramm rohes Schweinerückenfett, 1 Zwiebel, 1 abgeriebene Semmel, ⅛ Liter Milch, 30 Gramm Butter, 3 Eigelb und 3 Eierſchnee, 40 Gramm geriebenen Käſe, Salz und Pfeffer, Piment, Paſtetengewürz und etwas Peterſilie.

Leber und rohes Schweinefett, gut vorbereitet, öfter durch die Maſchine geben, dann durch das Haarſieb treiben, alle Zutaten daruntermiſchen und gut verarbeiten, in eine beſtrichene Kaſtenform füllen und wie einen Pudding im Waſſerbad kochen. Stürzen und erkaltet in feine Scheiben ſchneiden. Für kleine Sulzen verwenden oder als Brotbelag.

Sulz von Fleiſchreſten.

Sulz vorbereiten, das Fleiſch, gleich welcher Art, durch die Fleiſchmaſchine geben und mit etwas Brühe miſchen. Dieſes auf die erſtarrte Sulz in die Form gießen und in der Kälte ſteif werden laſſen.

Sulz mit Allerlei.

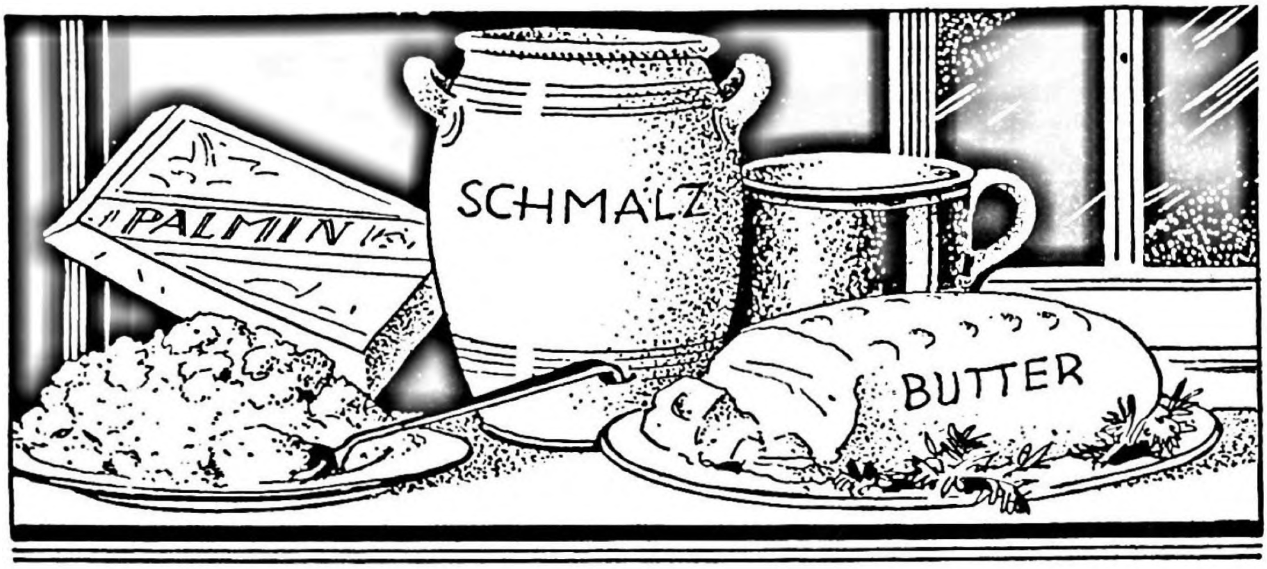
Braten-, Zunge-, Schinkenreſte, Reſte von Hirn oder Bries, Geflügel oder Wild u. a. in paſſende Streifen oder Scheiben ſchneiden. Ebenſo Gurken, Rote Rüben, Sardellen, 1 bis 2 hart gekochte Eier. Abwechſelnd mit Sulz einfüllen und nach dem Erſtarren ſtürzen.

Fiſchſulze

bereitet man, indem man Abfälle und Köpfe von Fiſchen, Zitronenſchalen, Gelbe Rüben, etwas Lorbeerblatt, Thymian und anderes Gewürz, Eſſig, Weißwein mit ſo viel Waſſer zuſetzt, daß es reichlich über den Fiſchſtücken uſw. ſteht, kocht dann, bis die Köpfe weich ſind und zerfallen. Wenn vorhanden, gibt man nun anderen Fiſchſud, aufgelöſte Gelatine dazu und erhöbt die Farbe und den Geſchmack mit etwas Maggiwürze oder durch überdünſtetes Wurzelwerk. Die Sulze wird, wie bereits angegeben, geſeiht.

Fiſchſulz. (Andere Art.) 2 Liter Waſſer, ¼ Liter Eſſig, 60 Gramm Salz, Suppengrün, Zitronenſchale, ½ Kilo Kabeljau oder anderen Fiſch, Fiſchköpfe, Fiſchabfälle.

Den Fiſchſud zum Kochen bringen und den Fiſch, gleich welcher Art, darin 20 Minuten ziehen laſſen. Herausnehmen, häuten und entgräten, mit Salz beſtreuen, mit Zitronenſaft beträufeln und kalt ſtellen. Zu 1 Liter durchgeſeihtem Fiſchſud 15 bis 20 Blatt aufgelöſte Gelatine, etwas Maggiwürze, etwas gebrannten Zucker und ½ bis 1 Eiweiß geben, unter Rühren zum Kochen kommen und an warmer Stelle 20 Minuten ſtehen laſſen. Dann durch ein Seihtuch geben und, wenn nötig, noch einmal klären. Nach dem Einfüllen in eine Sulzform, wobei man eine 1 Zentimeter hohe Sulzſchicht erſtarren läßt, die Fiſchſtücke einlegen und mit Sulz auffüllen.



Die in der Küche gebräuchlichen Fettarten

Die Fette

In der neuzeitlichen Küche muß den zur Verwendung kommenden Fettarten beſonderes Augenmerk zugewandt werden. Mehr als früher werden Pflanzen- und Kunſtfette teils rein, teils mit tieriſchen Fetten gemiſcht, verwendet. Auch die Pflanzenöle werden immer mehr geſchätzt, beſonders zum Backen, in der vegetariſchen Küche auch zum Kochen und Braten.

Die Hausfrau muß daher eine Reihe wichtiger Punkte kennen lernen, bevor es ihr gelingen wird, die Technik des Bratens und Backens mit Fett vollſtändig zu verſtehen. Worüber muß die Hausfrau beſonders unterrichtet ſein?

1. Sie muß die Einwirkung der hohen Hitzegrade des Fettes auf die Nahrungsmittel kennen, ſowie auch das Verhältnis des Waſſers zum ſiedenden Fett. (Beiſpiel: Beim Backen im Fettbad oder ſchwimmend, wie der Volksausdruck heißt.)

2. Es iſt dringend notwendig, den Schmelzpunkt der einzelnen Fettarten, ſowie die ganz verſchiedenen Zerſetzungstemperaturen der Fette beim Backen und Braten, ſowie beim Auslaſſen der Fette zu erkennen.

3. Sie ſoll unterrichtet ſein über die Gefahren beim Backen und Braten mit Fett. Durch das Hineinſchlagen der Flammen entſteht Selbſtentzündung des Fettes, wodurch Unglücksfälle herbeigeführt werden können. Beim Einſchlagen der Flamme ins kochende Fett iſt das Gefäß ſachte und behutſam vom Feuer zu nehmen und auf einen ſicheren Platz zu ſtellen. Beim Aufſchlagen der Flammen im Topf hilft ſchnelles Zudecken mittels eines Deckels. Nie darf Waſſer ins brennende Fett gegoſſen werden. Das Waſſer verwandelt ſich zu Dampf und ſchleudert mit dieſem das heiße Fett aus der Pfanne, wodurch ſchwerſte Verbrennungen erzeugt werden können. Es darf daher das Feuer niemals über den Gefäßboden hinausbrennen.

Wir wollen in der folgenden Lehrſtunde dieſe weſentlichen Punkte ausführlich beſprechen; ferner hinſichtlich der Praxis über die Verwendung der Fette herauszufinden verſuchen, welche Fettarten beſonders im Miſchungsverhältnis gut zueinander paſſen, außerdem auch deren richtige Aufbewahrung und zweckgeeignete Verwendbarkeit feſtſtellen.

Man unterſcheidet:

1. tieriſche Fette (Butter, Butterſchmalz, Rinderfett, Schweinefett, Hammelfett und Geflügelfette, beſonders Gänſefett).
2. Pflanzenfette (Kokosfett, Palmin).
3. Pflanzenöle (Olivenöl, Erdnußöl, Walnußöl, Mohnöl u. a.).
4. Künſtliche Fette (Margarinebutter, Schmelzmargarine).

Um auch bei Verwendung beſter Fette den Verbrauch billiger zu geſtalten, iſt es vorteilhaft, verſchiedene Fette für die verſchiedenen Kocharten zuſammen zu miſchen.

Gute Miſchungen ſind folgende:

a) 1 Kilo Schweineſchmalz, 1 Kilo Palmin und ½ Kilo Butterſchmalz.
b) ½ Kilo Rinderfett, 1 Kilo Palmin und ¼ bis ½ Kilo Butterſchmalz.
c) 1 Kilo Rinderfett, 1 Kilo Schweinefett und ½ Kilo Butterſchmalz.
d) 1 Kilo Schmelzmargarine, 1 Kilo Palmin, 1 Kilo Schweineſchmalz und ½ Kilo Butterſchmalz.

Eine gute Miſchung zum Kochen, die ſich zirka 1 Woche friſch hält, iſt:

e) 1 Kilo Palmin und ½ Kilo friſche Kochbutter.

Miſchung a) und d) eignen ſich zum Braten, Backen und auch zum Kochen; weniger für feine weiße Soßen.

Miſchung b) und c) zum Braten und für derbere Gemüſe.

Miſchung e) zum Kochen und für Teige. Wegen ihres Gehalts an friſcher Butter iſt ſie zum Braten und Backen nicht gut geeignet, und läßt ſich auch nur kurze Zeit aufbewahren.

Als Brotaufſtrich kommen in Betracht: vor allem Butter, die an Nährwert, Wohlgeſchmack und Bekömmlichkeit alle anderen Fette übertrifft. (Siehe Ernährungslehre.) Für Appetitbrötchen zum Tee empfiehlt es ſich, die Butter ſchaumig zu rühren; ſie ſtreicht ſich beſſer und gibt mehr aus. Außerdem wird als Brotaufſtrich verwendet: Buttermargarine, die ſich auch bei Wanderungen bewährt, da ſie nicht ſo ſchnell ſich zerſetzt als die leicht verderbliche Naturbutter. Ferner Gänſefett und Schweinefett, beſonders in Norddeutſchland gebräuchlich, wo es, ebenſo wie geräucherter Speck mit Äpfeln und Zwiebeln ausgelaſſen, aufgeſtrichen und das Brot mit Salz beſtreut wird.

Für Teige eignen ſich Butter und Butterſchmalz weitaus am beſten. Für Teige, die ſchnell gegeſſen werden, kann man auch reine Pflanzenfette, wie Kokosbutter und Palmin, ferner Miſchungen von Butter und Pflanzenfett oder Butterſchmalz und Pflanzenfett, ſowie Buttermargarine oder Schmelzmargarine verwenden. Lagergebäck wird von Pflanzen- oder Kunſtfetten weich, zäh und bekommt unangenehmen Geſchmack.

Zum Kochen eignet ſich Butterſchmalz am beſten; friſche Butter zur Herſtellung von hellen Suppen und weißen Soßen, feinen Gemüſen, zum Dünſten von hellem Fleiſch und hellen Eingeweiden. In der neuzeitlichen Küche wird Butter beim Kochen möglichſt viel roh verwendet. Man läßt ſie nur warm werden und gibt ſie zu oder über feine Gemüſe oder Fiſch, über Pfannengerichte, Paſtetchen oder Muſcheln u. a.

Durch das Einrühren eines Stückchens friſcher Butter in eine mit Pflanzen- oder Miſchfett hergeſtellte Suppe oder Soße werden die Geſchmacks- und Duftſtoffe der Butter der Speiſe mitgeteilt, und die Speiſe wird zarter und runder.

Statt brauner Butter, die durch das ſtarke Erhitzen wertvolle Beſtandteile verloren hat, gibt man heute faſt ausſchließlich friſche Butter zu Fiſch, feinen Gemüſen u. a. Man erwärmt ſie vorher in der heiß gemachten Schüſſel.

Zu dunklen Einbrennen kann man alle gebräuchlichen Fettarten außer friſcher Butter, die den dazu nötigen Hitzegrad nicht erträgt, verwenden, ebenſo die angegebenen, nicht mit Butter hergeſtellten Miſchungen.

Für fettarme Gemüſe wie Sauerkraut, Blaukraut, Bayeriſch Kraut eignen ſich vorzüglich Schweinefett oder Gänſefett.

Zum Braten ſteht wiederum Butterſchmalz an erſter Stelle. Friſche Butter kommt nur für raſch bereitete Pfannengerichte in Frage; doch darf ſie auch dafür nicht zu ſtark erhitzt werden. Im allgemeinen werden zum Braten gute Miſchfette (ſiehe Beiſpiele oben) genommen. Das Fett hierzu muß ſtets gut erhitzt ſein, ehe man die Speiſen hinein gibt, damit kein überflüſſiges Fett einſchlüpft, ſondern vielmehr die Poren ſich raſch ſchließen, der Saft nicht austritt und ſo die Nährſtoffe erhalten bleiben. Das gleiche gilt vom Dünſten und Backen.

Als Backfett eignet ſich vor allem beſtes Erdnußöl; ferner reines Schweinefett, reines Kokosfett oder Palmin, ſowie eine Miſchung von Schweinefett und Butterſchmalz oder Pflanzenfett und Schweinefett, oder beide mit Butterſchmalz gemiſcht. Niemals kann friſche Butter für Schmalzgebäck genommen werden, da die darin enthaltenen Eiweißſtoffe zu raſch verkohlen. Für feine Pfann- oder Eierkuchen, die ſehr raſch bräunen ſollen, eignet ſich auch friſche Butter.

Auch die Verwendung reinen Butterſchmalzes als Backfett iſt nicht ratſam. Abgeſehen davon, daß dieſes zu teuer kommen würde, bildet Butterſchmalz bei längerem Erhitzen in Verbindung mit den vom eingelegten Backwerk abfallenden Mehlſtäubchen einen Bodenſatz, welcher anbrennt und ſeinen brenzlichen Geruch auch auf das Gebäck überträgt. Bei Schweinefett als Backfett iſt zu beachten, daß dieſes genügend heiß ſein muß, ehe man mit dem Backen beginnt, da ſonſt zu viel Fett eindringt, den Teig ſchwer und dadurch weniger bekömmlich macht, auch den Geſchmack beeinträchtigt. Insbeſondere gilt dies von Teigen, die ſelbſt etwas mager und leicht ſind und überhaupt mehr Fett ſchlucken als ſchwerere. Das vorteilhafteſte Backfett iſt das Palmin oder das Kokosfett. Es iſt nicht nur ſparſam im Verbrauch, ſondern es macht das Backwerk auch leicht und verdaulich. (Über die Verwendung von Fettmiſchungen zum Backen ſiehe dieſe.) Immer mehr in Verwendung als Backfett kommen die Pflanzenöle, ſeit die Preſſung der Ölſamen ſehr vervollkommnet iſt. Das beſte und geruchloſeſte Backöl iſt reines Erdnußöl erſter Preſſung. Es iſt äußerſt fettreich, geruchlos und hat einen ſehr hohen Schmelzpunkt. Auch feines Olivenöl iſt ein ſehr gutes Backöl.

Richtiges Sparen bei der Fettverwendung heißt nicht die unbedingt nötige Fettmenge herabſetzen. Als Regel ſoll vielmehr gelten:

Vermeide Fettüberfluß! Wiege und meſſe die notwendigen Mengen! Ein Mehr an Fett bedingt auch eine Veränderung der Menge anderer wichtiger Zutaten, z. B. bei Hefeteig an Hefe! Gebe ferner zu fetten Fleiſchſpeiſen keine fetten Beilagen, wie in Fett gebratene Kartoffeln oder Kartoffelpuffer, ſondern Kartoffelbrei oder Salzkartoffeln, die das Fleiſchfett aufſaugen. Fett, beſonders Brat- und Backfett, ſtets genügend heiß werden laſſen, ehe die Nahrungsmittel hineingegeben werden, damit kein überflüſſiges Fett eindringt. (Probe mit Kochlöffelſtiel.)

Vermeide jede Verſchleuderung durch Unachtſamkeit (Verſchütten und Vertropfen, Vergeuden von Reſten). Löffel zum Übergießen von Braten in eigenes Gefäß ablegen und die Brühe verwenden!

Schütze Fett vor dem Verderben! Infolge ihres Waſſergehaltes ſchimmeln Fette leicht. Nicht zu große Vorräte halten und dieſe richtig aufbewahren! (Siehe Kapitel Vorratsbereitung durch die Hausfrau.) Butterreſte rechtzeitig auslaſſen! Fette Bratenſoßen und Fleiſchbrühen abſchöpfen und das Fett zum Röſten von Kartoffeln oder dunklen Einbrennen verwenden!

Das Auslaſſen der Fette

Viel mehr als früher werden heute die Speiſefette fertig gekauft. Viele Hausfrauen ſcheuen die Mühe des Auslaſſens oder halten friſches Fett für teurer. Iſt aber z. B. ausgelaſſenes Schweinefett weſentlich billiger als friſches, ſo kann man ziemlich ſicher ſein, daß es nicht rein oder minderwertiges ausländiſches Fett iſt, z. B. amerikaniſches, das durch ſeinen widerlichen Geruch und Geſchmack von den Kriegsjahren her berüchtigt iſt. Auch bei fertigen Miſchfetten muß man vorſichtig ſein, da man keine Garantie für die Zuſammenſetzung und das Miſchverhältnis hat. Selbſt Butterſchmalz iſt häufig mit Schmelzmargarine gemiſcht und oft auch gefärbt. Am ſicherſten geht die Hausfrau, wenn ſie bei ihrem Butterbauern oder -händler Butter und bei ihrem Metzger friſches Schweine- oder Rinderfett zum Auslaſſen, von Pflanzen- oder Kunſtfetten nur die als gut bekannten Marken und nur die beſten und darum fettreichſten Ölſorten kauft. Lieber durch Miſchen beſter Fettſorten verbilligen als durch Einkauf minderwertiger Sorten!

Das Auslaſſen von Butter.

Gute friſche Butter in einen flachen irdenen oder Emailletopf geben und auf dem Herd zergehen laſſen, vom Feuer nehmen und an einem kalten Ort über Nacht ſtehen laſſen. Am andern Tag ſteht das reine Fett oben als feſte Maſſe, während alle unreinen Beſtandteile ſich auf dem Boden des Topfes angeſammelt haben. Nun durchſticht man die feſte Maſſe mit dem Löffel, läßt die unreine Flüſſigkeit ablaufen, ſticht mit einem Löffel oder der Backſchaufel die reine Butter in den zum Auslaſſen beſtimmten eiſernen Topf, ſchabt wenn nötig, die Unterſeite der Butter etwas ab und kocht nun die Butter auf nicht zu ſtarkem Feuer ſo lange, bis ſie klar iſt. Da Butter leicht überſchäumt, hält man am beſten einen kalten Schöpflöffel bereit, den man dann ſchnell in die aufſchäumende Butter eintaucht. Zur Probe, ob die Butter genügend ausgelaſſen iſt, gibt man etwas davon in einen Schöpflöffel. Kocht das Schmalz darin weiter, ſo iſt es fertig.

Dann läßt man es an der Herdſeite etwas abkühlen und gießt es durch einen feinen Seiher in die gut gereinigten und getrockneten Gefäße, die am beſten aus glaſiertem Steinzeug ſind. (Vorher erwärmen.) Wenn das Butterſchmalz abgekühlt iſt, bindet man es mit Pergamentpapier zu und ſticht in dieſes mehrere Löcher, damit etwas Luft Zutritt hat.

Friſche Butter bleibt am beſten friſch in den bekannten Tondoſen mit Glaseinſatz; vor Lichteinfluß muß Butter geſchützt werden, auch vor künſtlichem!

Friſche Butter längere Zeit aufzubewahren.

Friſche fette Butter gibt man in eine entſprechend große Schüſſel, gießt Waſſer darauf und wäſcht ſie mittels eines Holzlöffels darin aus. Durch das Durchkneten im Waſſer ſcheiden ſich Salzteile und Unreinigkeiten ſowie die in der Butter meiſt noch enthaltene Buttermilch aus, die das Ranzigwerden der Butter verurſacht. Nun drückt man die nochmals in friſchem Waſſer gewaſchene Butter in einen gut vorbereiteten Steintopf, beſtreut ſie obenauf mit Salz und ſtellt ſie in den Keller, wo ſie ſich längere Zeit aufbewahren läßt. Im Mai und Juni iſt die Butter am beſten, im September und Oktober am billigſten.

Ranzig gewordene Butter kann wieder brauchbar gemacht werden, wenn man in ¾ Kilo Butter 5 Gramm kohlenſaures Natron knetet oder ſie längere Zeit in friſcher Buttermilch auswäſcht.

Schweinefett auszulaſſen.

Das Fett vom ſogenannten Schmer oder Flomen, das Bauchfett, iſt zum Auslaſſen viel feiner und fetter als das aus den Speckſeiten ausgelaſſene. Man ſchneidet es würfelig oder gibt es durch die Fleiſchmaſchine und brät es in einem eiſernen Topfe langſam aus, indem man öfter darin rührt, damit die ſich abſcheidenden Grieben ſich nicht unten anlegen. Sind dieſe ſchön gelb, ſo ſchüttet man das Schmalz durch einen Seiher in einen vorbereiteten und erwärmten ſteinernen Topf, läßt es erkalten und bindet den Topf mit einem ſtarken Papier zu. Der Geſchmack und die Haltbarkeit wird erhöht, wenn man einige Zwiebelſcheiben und einige gute Äpfel in das auszubratende Fett legt. So ausgelaſſen, ſchmeckt es auch vorzüglich als Brotaufſtrich.

Die Grieben kann man, wenn ſie nur hellgelb ſind, zum Röſten von Kartoffeln oder zu einfachem Hefekuchen (Griebenkuchen) verwerten.

Rinderfett auszulaſſen.

Man nimmt dazu das die Nieren einhüllende Fett, wäſſert es eine Nacht lang, ſchneidet es würfelig oder gibt es durch die Fleiſchmaſchine, dann in einen eiſernen Topf, gießt etwas Milch dazu und kocht es mit dieſer und etwas Salz langſam aus. Da man Rinderfett nur ſelten rein verwendet, läßt man am beſten zu gleicher Zeit Schweinefett aus und miſcht beide noch warm nach Belieben auch mit Butterſchmalz, Palmin oder Kokosfett. (Siehe Fettmiſchungen.)

Gänſefett läßt man wie Schweinefett aus, doch immer ohne Zwiebeln und Äpfel, damit der feine Geſchmack unvermiſcht bleibt. Das Bauchfett und Bratenfett eignet ſich als Brotaufſtrich am beſten. In Gänſeſchmalz laſſen ſich gebratene Gansſtücke, wenn ſie gut davon bedeckt ſind, längere Zeit aufbewahren.

Mehlſpeiſen – Puddings – Aufläufe – Gefrorenes

Wiener Mehlſpeiſen

Unbeſtreitbar gilt die Wiener Küche als eine der feinſten und beſten auf der ganzen Welt. Ganz beſonders hervorzuheben ſind wohl ihre Mehlſpeiſen, die jeder ſchätzt und von denen jeder ſchwärmt, der einmal richtige, echte Wiener Mehlſpeiſen gegeſſen hat, beſonders, wenn es ſich um bekannte Spezialitäten der Wiener Küche handelt. Es iſt nicht immer richtig, wenn behauptet wird, man brauche bloß im Beſitz des betreffenden Rezeptes zu ſein, um die Speiſe gerade ſo gut herſtellen zu können als ein in der Wiener Küche Erfahrener. Darauf allein kommt es bei der Bereitung der Mehlſpeiſen nicht an, ſondern auf das Material und die Güte desſelben. Um den feinen Geſchmack hineinzubringen, bedarf es genauer Berechnung aller Zutaten, ſorgfältiger Zurechtmachung und Behandlung, peinlichſter Sauberkeit in Geſchirr und Backformen, damit nicht etwa die ſonſt gut geratene Speiſe einen Nebengeſchmack annimmt. Wenn nun die Hausfrau alle dieſe Punkte berückſichtigt, ſo wird ſie ohne Schwierigkeiten eine wirklich gute und ſchmackhafte Speiſe herſtellen können und ſelbſt die größte Freude an dem Gelingen und dem Erfolg ihrer Arbeit haben.

Bei der Anwendung der nachfolgenden genauen Rezepte wird ein Mißlingen der im Kapitel angegebenen Mehlſpeiſen — Puddings — Aufläufe — Gefrorenes kaum möglich ſein. Selbſtverſtändlich ſind alle Anweiſungen, die das Vorwort erläutert, genau zu beachten.

Wiener Strudel. Spezialitäten.

Der Wiener Strudel iſt ein ſo beliebtes und weltbekanntes Gericht, daß wohl jede Hausfrau ſeine Zubereitung in ſeinen einfacheren Formen kennt. Es folgen deshalb hier weniger bekannte Arten.

Apfelſtrudel. ¼ Kilo Mehl, 100 Gramm Butter oder Schweinefett, 1 Ei, 1 Priſe Salz, 1/16 Liter lauwarmes Waſſer. Zur Fülle: 130 Gramm Butter, 100 Gramm Bröſel, 1½ Kilo Äpfel (mindeſtens), 100 Gramm Zucker, 50 Gramm Sultaninen.

Man gibt das Mehl auf ein Brett, macht in die Mitte eine Grube, in das lauwarme Waſſer gibt man Butter, Ei und Salz, verrührt dies mit dem Mehl und knetet einen feinen, ganz glatten Teig, legt ihn auf ein bemehltes Brett und deckt ihn mit einer erwärmten Schüſſel zu und läßt ihn mindeſtens ½ Stunde raſten. Hierauf zieht man den Teig auf einem bemehlten Tiſchtuch ſorgfältig und ſo dünn wie möglich aus. Die dicken Ränder ſchneidet man ab, knetet ſie tüchtig durch, läßt ſie wieder etwas länger raſten. Dies gibt einen zweiten Strudel; wenn er ſich auch nicht mehr ſo ganz fein ausziehen läßt, hilft man mit dem Nudelwalker nach. Der Teig wird mit zerlaſſener Butter beträufelt, mit Gipfelbröſel beſtreut, mit blättrig geſchnittenen Äpfeln, Zucker, mit ein wenig Zimt vermiſcht und Roſinen (Sultaninen) beſtreut. Der Strudel wird eingerollt auf ein befettetes Blech, mit Butter beſtrichen, ſchön hellbraun gebacken. Nach Wunſch geſtiftelte Mandeln auf die Äpfel. Vor Auftragen zuckern.

Kirſchen- und Zwetſchgenſtrudel in gleicher Weiſe bereiten.

Rahmſtrudel, Strudelteig wie oben. Zur Fülle: 150 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 4 Dotter, Saft und Schale ½ Zitrone, ¼ Liter ſauren Rahm, 4 Semmeln, 100 Gramm Sultaninen, 4 Eierſchnee.

Butter flaumig rühren, nach und nach alle Zutaten, ebenſo die in Waſſer eingeweichten, abgerindeten, ausgedrückten und paſſierten Semmeln, zuletzt Eiklar. Auf die Fülle ſtreut man die Roſinen, rollt den Strudel ein und bäckt in gut geſchmierter Pfanne, wenn halb fertig, mit kochender Milch übergießen und fertig backen.

Topfenſtrudel, Teig wie oben. Zur Fülle: 100 Gramm Butter, 3 Eier, Priſe Salz, ½ Kilo Topfen, 70 Gramm Zucker, 1 kleine Taſſe ſauren Rahm, Zitronenſchale, fein gerieben, 50 Gramm Sultaninen.

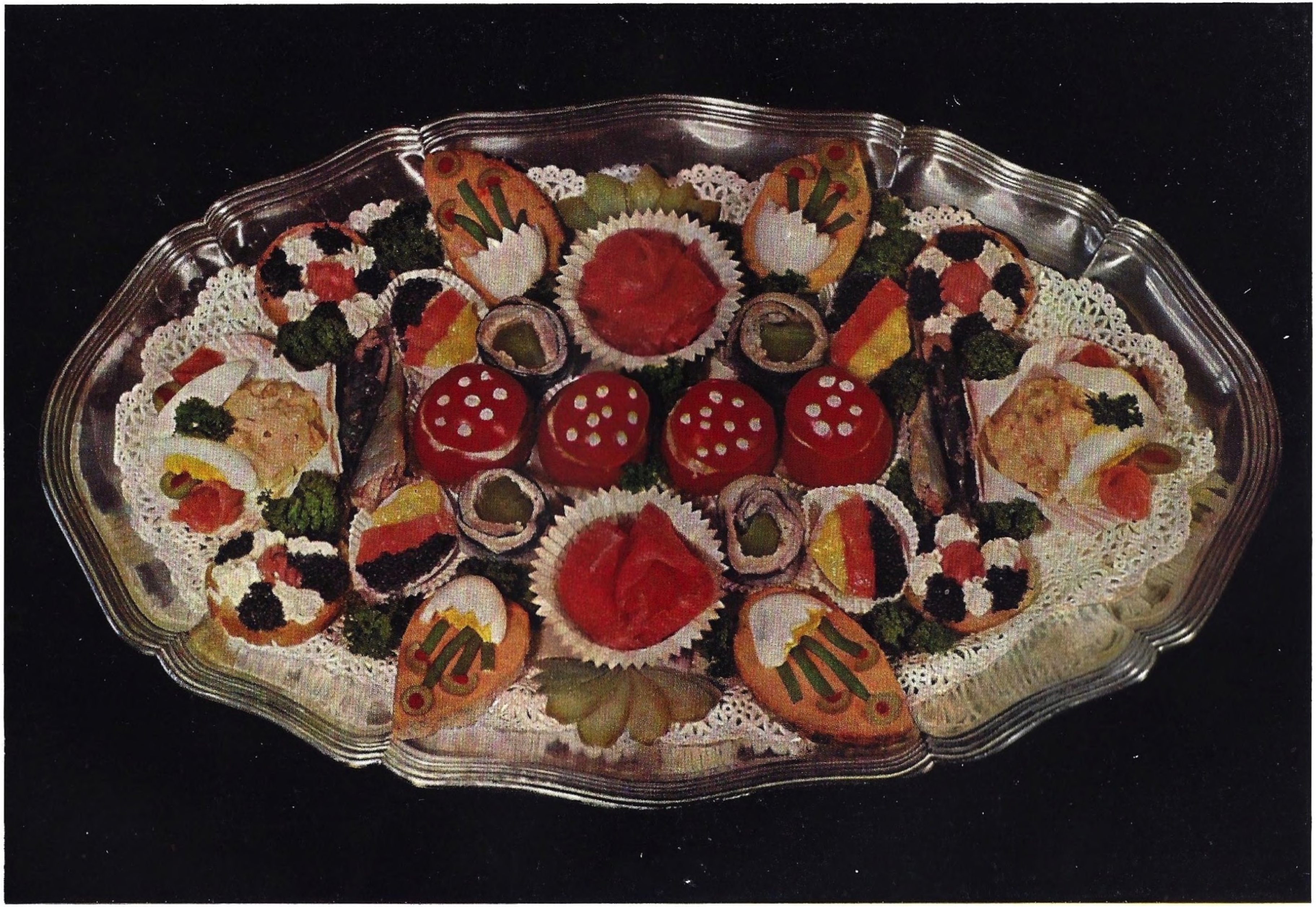
Zu beiden Strudeln kann man nach Belieben noch eine Kanarienmilch reichen. ½ Liter Milch, 2 Dotter in der Vanille ausgezogen, 50 Gramm Zucker. Alles zuſammen über Dampf quirlen, bis es ſchaumig.

Grießſtrudel. Strudelteig wie oben, nur ohne Butter. Zur Fülle: 100 Gramm Butter, 3 Dotter, 250 Gramm Grieß, 1/8 Liter Rahm.

Butter ſchaumig rühren, Grieß vorher mit Rahm vermiſchen, alle Zutaten gut vermengen, Eiklar zu Schnee. Der Strudelteig wird eingerollt, mit dem Kochlöffel in 4 Zentimeter breite Stücke geteilt, ¼ Stunde in Salzwaſſer gekocht, mit Butter und Bröſeln übergoſſen.

Ausgezeichnet zu Fleiſchſpeiſen mit Soßen, Beuſcherl und dergleichen. (Als Mehlſpeiſe mit Zwetſchgenröſter, Zwetſchgen nur mit Zucker ohne Beigabe von Waſſer gedünſtet, geröſtet.)

Schweden-Platte



In der Mitte gefüllte Tomaten mit Gemüse und italienischem Salat, beiderseitig Papierschalen mit Räucherlachs und Rollmops, anschließend russische Eier, Sardinen; links und rechts Muscheln mit Salmmayonnaise; Schwedenbissen (Brötchen mit Anchovisbutter, Ei und gefüllte Tomaten verziert. - Brötchen mit Lachs, deutschem Kaviar und Cremekäse.

Mohnſtrudel. ½ Kilo Mehl, etwas Salz, ¼ Liter Milch, 70 Gramm Zucker, 2 Eier, Saft und Schale ½ Zitrone, 100 Gramm Butter zerlaſſen, 20 Gramm Hefe. Zur Mohnfülle (ſiehe Golatſchen): 50 Gramm Sultaninen.

Man macht einen ſchönen Hefeteig, läßt ihn gut gehen. Dann rollt man ihn gut meſſerrückendick aus, beſtreicht ihn mit der Mohnfülle, beſtreut mit den Roſinen, rollt ihn ein, legt ihn aufs Blech, läßt ihn nochmals ½ Stunde gehen, beſtreicht ihn mit verquirltem Ei und bäckt ihn im Rohr.

Nußſtrudel. Teig wie oben.

Fülle: 350 Gramm geriebene Nüſſe werden mit 1/8 Liter heißer Milch, etwas Zitrone, 150 Gramm Zucker und 1 Löffel Rum verrührt. Verfahren wie oben.

Den beſten Apfelſtrudel ſtellt man aus Hefeblätterteig her (ſiehe Kapitel Backen) oder auch aus kaltgeſtelltem Hefeteig.

Kaltgeſtellter Hefeteig.

Am Abend vorher löſt man in 2/10 Liter lauer abgekochter Milch 100 Gramm Butter auf, gibt dazu 10 Gramm aufgelöſte Hefe, 2 Löffel Zucker, etwas Rum und 3 Eigelb, ſprudelt alles gut ab und miſcht es dann mit ½ Liter ganz ſchwach geſalzenem Mehl. Man macht den Teig ſo, daß er ziemlich weich iſt und vom Löffel dick abläuft. Man ſchlägt ihn recht gut ab, deckt ihn dann zu und ſtellt ihn kühl. Am nächſten Morgen verwendet man ihn beliebig.

Mit Äpfeln in Wein gedünſtet.

Große ſchöne Äpfel werden geſchält, die Kerne herausgenommen, in runde Scheiben geſchnitten und dann in Weißwein mit etwas Zucker und Nelken dreiviertel weich gekocht, dann geſeiht und erkalten laſſen. Hierauf rollt man den Teig dünn aus, legt die Scheiben darauf, beſtreut ſie mit Vanillezucker und einigen Weinbeeren (Korinthen). Dann rollt man das Ganze zu einem Strudel zuſammen und bäckt denſelben auf dem Blech oder in einer ausgeſtrichenen Form. Man ſerviert dazu eine Weinſoße, die man von dem Wein bereitet, in dem man die Äpfel gekocht hat. Man kann zu dieſem auch noch etwas Fruchtſaft (Himbeer-, Erdbeer- oder Zitronenſaft uſw.) geben. Anſtatt Korinthen kann man während der Traubenzeit friſche Weinbeeren verwenden.

Mit Äpfeln in Rum oder Zitrone gedünſtet.

Die in Ringſcheiben geſchnittenen Äpfel gibt man in heißes, gut geſüßtes Rum- oder Zitronenwaſſer und läßt ſie darin dreiviertel weich ziehen. Dann legt man ſie auf den ausgerollten Teig, beſtreut ſie mit Zucker und etwas geriebenen Nüſſen, rollt ſie zuſammen und bäckt ihn. Von dem Apfelſud bereitet man nach Art der oben genannten Weinſoße eine Soße.

Mit Äpfeln in Butter gedünſtet und ſaurem Rahm.

Die in Ringſcheiben geſchnittenen Äpfel werden in Butter halbweich gedünſtet und auf den ausgerollten Strudelteig gelegt. Darüber ſtreut man etwas Zucker ſowie die Butter, einige feingewiegte Mandeln und etwas ſauren Rahm, rollt das Ganze zuſammen und bäckt den Strudel fertig.

Mit ganzen Äpfeln in Rotwein gedünſtet.

Gleichgroße Äpfel werden geſchält, entkernt und dann in kochenden Rotwein gegeben, dem man etwas Zucker, Nelke und einige Löffel Honig beigegeben hat. Sind die Äpfel dreiviertel weichgezogen, werden ſie herausgenommen und erkalten laſſen. Die erkalteten Äpfel werden nun mit Weinbeeren, Mandeln, Pfirſichen, Aprikoſen, Ananas oder Datteln gefüllt. Man kann dieſe Fülle ganz oder auch kleingeſchnitten hineingeben. Dann beſtreicht man die Äpfel mit Eiweiß, das man mit Vanillezucker geſüßt hat und dreht dieſelben in ſüßen Bröſeln oder geriebenem Lebkuchen (am beſten ſind Bröſel von Torten oder Kuchen). Nun legt man die Äpfel einen an den anderen in einer geraden Reihe auf den ausgerollten Strudelteig, dreht alles zuſammen und bäckt im Rohre fertig. Von dem Wein macht man eine Soße.

Salzburger Nockerl.

Von 6 Eiweiß feſten Schnee ſchlagen, raſch die 6 Dotter, 6 Kaffeelöffel Mehl, 6 Eßlöffel Zucker leicht darunter mengen. In eine große Raine kommen 80 Gramm Butter, fingerhoch Milch mit Vanillegeſchmack. Wenn kochend, läßt man den Teig einlaufen, zugedeckt backen, nach 5 Minuten wendet man die Maſſe vorſichtig mit dem Backſchäuferl um, deckt wieder zu und läßt noch ganz kurz durchziehen. (Bei zu langem Backen wird dieſe ſehr zarte Maſſe zäh und fällt zuſammen.) Mit dem Backſchäuferl hebt man die Maſſe bergartig auf eine Schüſſel und beſtreut ſie reich mit Vanillezucker.

2. Art.

4 Eiweiß werden zu feſtem Schnee geſchlagen, dann rührt man in dieſes leicht ein: 4 Eigelb, 4 Eßlöffel Vanillezucker, 4 Teelöffel Mehl, 3 Eßlöffel Milch. Dann gibt man in eine weite Kaſſerolle etwa zweifingerhoch Milch, einen gehäuften Eßlöffel Butter, etwas Salz und Zucker; wenn die Milch kocht, gibt man die ganze vorbereitete Maſſe hinein, deckt zu und ſtellt alles in die heiße Ofenröhre. Sobald die Milch eingeſogen iſt, ſind die Nockerln gar und man kann ſie herausnehmen. Dann ſticht man mit einem Löffel große Nocken ab, gibt dieſe auf eine heiße, bereitgehaltene Platte, beſtreut ſie mit feinem Staubzucker und ſerviert ſie ſofort, da ſie bei längerem Stehen ſofort wieder in ſich zuſammenfallen.

Nach Belieben kann man dazu auch Kanarienmilch ſervieren, die man folgendermaßen bereitet: Eine Taſſe Milch wird mit 2 Eigelb, Vanillezucker, bis kurz vor dem Kochen im Waſſerbad abgeſprudelt und dann über die Nockerln gegoſſen.

3. Art.

Man rührt 70 Gramm Butter mit 4 Eigelb und 50 Gramm Zucker ab und gibt den Schnee von 4 Eiweiß und 4 Kaffeelöffel Mehl dazu, legt mit einem Eßlöffel Nocken davon in eine kleinfingerhoch mit kochender Milch gefüllte, flache Kaſſerolle ein und ſtellt dieſe in das heiße Rohr. Sind die Nocken lichtbraun gebacken, ſo hebt man ſie mit einem Schäuferl heraus auf eine gut vorgewärmte Platte, beſtreut ſie mit Zucker und ſerviert ſogleich.

Mit Mandeln.

Man miſcht zu derſelben Maſſe, wie eben angegeben, noch 50 Gramm feingeſchnittene Mandeln und kocht große Nockerl von der Miſchung in 7/10 Literkochende Milch ein. Wenn ſie fertig gekocht ſind, legt man ſie auf eine vorgewärmte Schüſſel, ſprudelt den Reſt der Milch mit 5 Eigelb und Vanillezucker ab, gibt ihn über die Nockerl, häuft dann auf jedes Nockerl einen Löffel voll gezuckerten Eisſchnee, ſtellt die Schüſſel noch in das Rohr und läßt bei ſtarker Oberhitze gelb werden.

Mit Creme und Schmankerln.

Man bereitet dieſelben Nockerl ohne Mandeln, legt ſie, wenn ſie fertig gekocht ſind, in zwei Lagen in eine mit Schmankerln beſtreute Schüſſel und beſtreut jede Lage gut mit Schmankerln, ſtreicht dann ausgekühlte, mit dem Schnee von 2 Eiweiß gemiſchte Vanillecreme von 2 Eigelb darüber, ſtellt die Schüſſel in das Rohr und läßt ſie darin, bis die Creme gebacken iſt.

Schmankerln

werden bereitet, indem man 20 Gramm Zucker (feinen) mit einem nußgroßen Stück Butter abdrückt, dazu rührt man $^2/_{10}$ Liter Mehl und nach und nach ſo viel kalten Rahm, bis man eine dickflüſſige Maſſe erhält, ſtreicht dieſe dünn auf ein mit Butter beſtrichenes Blech und bäckt im Rohr. Während des Backens beſtreicht man die Stellen, an denen ſich eine Kruſte gebildet hat, ſogleich mit Butter und nimmt dort, wo die Maſſe zu dick iſt, das Weiche mit einem Löffel weg. Sobald ein Stückchen ſteif geworden iſt und braun, ſchneidet man es heraus. — Will man von Schmankerlteig Tüten drehen, ſo ſchneidet man ihn auf dem Bleche zu viereckigen Flecken, die man einzeln vom Bleche nimmt und noch heiß über ein zugeſpitztes Holz biegt.

Mit Schokolade.

Man läßt geſtoßenen Zucker in heißer Butter gelb werden, gibt geriebene Schokolade und die gekochten Nockerln dazu, legt die Nocken dann auf Vanillecreme in eine Schüſſel, überſtreicht ſie mit Vanillecreme, ſtellt die Schüſſel in das heiße Rohr, bis die Creme gebacken.

Echte Wiener Zwetſchgenknödel.

Zwetſchgen gehören wegen ihrer vielſeitigen Verwendungsart zu den dankbarſten Früchten. Die meiſten der Hausfrauen werden ſie kennen als Kompott, eingelegt — ob ſauer oder ſüß — und als Marmelade; die Verwendung in den verſchiedenen Knödeln iſt aber vielleicht noch mancher Hausfrau fremd.

Die Herſtellung der echten Wiener Zwetſchgenknödel iſt nicht ſo einfach, beſonders ſolche aus Kartoffelteig.

Vor allen Dingen iſt es Grundbedingung, darauf zu achten, daß die Kartoffeln zu dieſem Teig ſchon am Abend vorher gekocht und geſchält werden, damit ſie gut trocken werden. Feuchte Kartoffeln geben ſtets einen ſchmierigen Teig, welcher beim Kochen gern auseinander geht und keine feſten Knödel gibt. Auch die Früchte müſſen trocken und feſt ſein. Eine weiche, überreife Frucht gibt zu viel Saft von ſich, welcher beim Kochen in den Teig dringt, denſelben weicht macht; die Knödel verlieren an Anſehnlichkeit.

Zwetſchgen-Knödel aus Kartoffelteig. 1 Kilo Kartoffeln, 375 Gramm Mehl, 1 ganzes Ei, 50 Gramm Butter, etwas Salz, 1 Kilo Zwetſchgen, 150 Gramm Butter, 100 Gramm Semmelbröſel, 50 Gramm Zucker zum Beſtreuen.

Die Kartoffeln werden gekocht paſſiert, dann verarbeitet man ſie gut mit den angegebenen Zutaten, der Teig darf ja nicht zu weich ſein. Formt dann eine dicke Rolle, die man in dünne Scheiben ſchneidet. In jede derſelben wird eine Zwetſchge eingefüllt, was ſehr ſorgfältig geſchehen muß. Die Knödel werden in leicht geſalzenes, kochendes Waſſer eingelegt, 5 Minuten gekocht, abgeſeiht, in die vorher in Butter geröſteten Bröſel eingerollt und vor dem Auftragen mit Zucker beſtreut. Nach Geſchmack können die Zwetſchgenknödel ohne Bröſel, nur mit brauner Butter betropft und mit Zucker und Zimt beſtreut, ſerviert werden.

Zwetſchgenknödel von Topfenteig.

Man macht weichen Teig von $^4/_{10}$ Liter Mehl, 200 Gramm Topfen, Salz und 3 Eigelb, wellt ihn ziemlich dick aus, ſchneidet ihn in ſo große Stücke, daß man in jedes 1 Zwetſchge eindrehen und den Teig gut um dieſe ſchließen kann. Dann kocht man dieſe Knödel in Salzwaſſer, nimmt ſie mit einem Seiher heraus und gibt ſie zu in Butter aufgelaufenen Bröſeln und ſchüttelt ſie darin auf.

Marillenknödel (echt öſterreichiſch, kleine Aprikoſen, die in Oberöſterreich gedeihen, ſind beſonders gut).

Teig wie oben, Verfahren ebenſo, nur ſtatt der Zwetſchgen die Marillen (kleine Aprikoſen) einlegen.

Von Strudelteig.

Von 1 Ei, einem eigroßen Stück Butter, etwas Salz, kalter Milch und einem halben Liter Mehl macht man einen weichen Teig, wellt ihn dünn aus, ſchneidet ihn in viereckige Stücke und dreht darin die Zwetſchgen ein. Die Teigmenge genügt für etwa 30 Früchte. Man kocht ſie dann, wie oben angegeben, richtet ſie auf einer Platte an, übergießt ſie mit heißer Butter, beſtreut ſie mit Zucker, Zimt und angelaufenen Bröſeln.

Auf Altwiener Art.

Man beſtreut die von Strudelteig bereiteten Knödel, wenn ſie gekocht ſind, mit geriebenem Lebkuchen oder Topfen und ſchmalzt ſie mit heißer Butter ab.

Zwetſchgen- oder Marillentaſcherl aus dem gleichen Kartoffelteig.

Statt der Knödel wird der Teig ausgewalkt, viereckige Fleckerl ausgeradelt, in die Mitte die Frucht gelegt, die Ecken feſt übereinander geſchlagen, 5 Minuten gekocht, mit geröſteten Bröſeln und Zucker beſtreut.

Aus Topfenteig.

Von 200 Gramm Topfen, Salz, 3 Eigelb, $^4/_{10}$ Liter Mehl macht man einen weichen Teig, wellt ihn ziemlich dick aus, ſchneidet ſo große Flecken ab, daß man in jeden eine Zwetſchge eindrehen kann, ſchließt gut, kocht ſie und gibt ſie in mit Butter eingelaufene Bröſeln und röſtet ſie etwas und ſchüttelt ſie auf.

Echte böhmiſche Topfenknödel.

70 Gramm Butter mit 1 Ei und einem Teller voll paſſierten Topfen, zirka ¼ Kilo, verrühren, dann 100 Gramm Weizengrieß, 125 Gramm Mehl, eine Handvoll Bröſeln und 1 Priſe Salz dazu geben. Mit den Händen formt man kleine Knödel, die in Salzwaſſer gekocht werden, bis ſie in die Höhe ſteigen; man gibt Butter, braune Butterbröſeln, Zucker und Zimt dazu.

Von Reis.

Reis wird mit Milch und etwas Zucker dick eingekocht und, wenn derſelbe erkaltet, gibt man einige Eier, etwas Mehl und 1 Priſe Zimt dazu. Dann formt man kleine Häufchen, drückt in jedes 1 Zwetſchge, formt ſie zu Knödeln und kocht dieſelben in dünner Vanilleſoße, bis ſie gar ſind. — Nach Belieben kann man den Reis auch ſalzen. — Die Soße kann noch etwas gebunden werden und wird dazu ſerviert.

Von Grieß.

$^4/_{10}$ Liter Grieß werden mit $^4/_{10}$ Liter kochender Milch abgebrüht; man läßt ſie auskühlen, gibt ihn mit 50 Gramm Butter in eine Schüſſel, rührt ihn ab, gibt dann 4 Eier dazu, formt von dieſer Maſſe kleine Knödeln, ſteckt in jeden eine Zwetſchge und kocht ſie in Salzwaſſer. Man röſtet dann mit Butter und Bröſeln auf.

Gebacken.

Von Zucker, Zimt, Ei und ſo viel Bröſeln, daß der Teig zuſammenhält, formt man Knödeln, drückt je 1 Zwetſchge hinein, dreht in Oblaten und dann in Ei und Bröſeln und bäckt ſie in heißer Butter. — Sehr fein als Deſſert.

In Blätterteig.

Man bereitet Butterteig, den man etwa zweimeſſerrückendick auswellt, in viereckige Stücke ſchneidet, mit Ei beſtreicht, 1 Zwetſchge hineinlegt, gut zuſammenrollt und dann in Fett oder Butter bäckt. Beim Anrichten beſtreut man mit Zucker.

Zwetſchgen im Schlafrock.

Die Früchte taucht man in Kirſchwaſſer und beſtreut ſie dann mit feinem Zucker, worauf man ſie etwas ziehen läßt. Hierauf bereitet man einen guten Pfannkuchenteig, taucht die Zwetſchgen hinein, ſo daß ſie gut mit Teig umgeben ſind und bäckt ſie ſchwimmend im Fett ſchön knuſperig. Beim Anrichten beſtreut man mit Zimt und Zucker.

Schmarrn und Pfannkuchen-Omeletten

Kaiſerſchmarrn.

$^4/_{10}$ Liter Rahm ſprudelt man mit 4 Eigelb, $^2/_{10}$ Liter Mehl und etwas Salz ab, gibt den Schnee der 4 Eiweiß dazu und eine Handvoll Roſinen, ſchüttet das Ganze in heiße Butter oder Butterſchmalz, ſtellt es in das heiße Rohr, damit es in die Höhe geht, bäckt dann auf der Herdplatte ſchön braun auf beiden Seiten, zerreißt es mit einer Gabel in nicht zu große Stückchen und beſtreut es beim Anrichten mit Zucker und Vanillezucker.

Mehlſchmarrn.

4 Eier ſprudelt man mit Salz gut ab, rührt nach und nach $^{3}/_{10}$ Liter Mehl und dann langſam ebenſoviel Milch dazu, gießt das Ganze etwa fingerdick in etwa 60 Gramm Butterſchmalz, bäckt auf dem Herd, bis es oben ſteif und unten bräunlich geworden iſt, dreht dann mit dem Schäuferl um, läßt wieder braun werden, zerreißt dann das Ganze mit einer Gabel zu Brocken und richtet an. Dazu ſerviert man heiße Milch, Salate oder auch gedünſtetes Obſt; man kann auch Zucker über den Schmarrn ſtreuen. — Man kann zur Bereitung auch etwas weniger Eier nehmen, dann nimmt man aber mehr Milch.

Topfenſchmarrn.

½ Kilo geriebenen Topfen vermiſcht man mit 4 Eigelb und ſo viel ſaurem Rahm, daß er ſaftig wird, gibt dann Salz, etwas Mehl und den Schnee der Eiweiß dazu, gibt das Ganze in heißes Fett und bäckt wie anderen Schmarrn.

Apfelſchmarrn.

Man ſchält Äpfel, ſchneidet ſie fein, dünſtet ſie in heißem Fett beinahe weich, übergießt ſie dann mit Schmarrnteig und bäckt das Ganze fertig und zerſtößt es.

Kirſchenſchmarrn.

4 Eigelb ſprudelt man mit etwas Zucker ſchaumig, gibt dazu $^{2}/_{10}$ Liter Rahm oder Milch und etwa die Hälfte ſauren Rahm, Salz, $^{3}/_{10}$ Liter Mehl, miſcht den Schnee der Eiweiß dazu, gießt alles in die Pfanne, bäckt, zerreißt es, gibt, wenn halb fertig, abgezupfte friſche Kirſchen hinein, bäckt fertig, richtet an und beſtreut den Schmarrn mit Zucker.

Semmelſchmarrn.

Von etwa 4 bis 5 Semmeln reibt man die Rinde ab, ſchneidet ſie feinblätterig, ſprudelt dann $^{2}/_{10}$ Liter Rahm oder ⅓ Liter Milch mit 3 Eiern und etwas Salz, ſchüttet dieſes über die Semmeln, gibt dazu noch Weinbeerln oder Roſinen, miſcht alles gut, läßt es dann eine Weile ſtehen, gibt es dann in 60 Gramm heißes Schmalz, wobei man es immer wieder zerreißt, bis es ſchön hell gebräunt iſt, richtet an und beſtreut mit Zucker.

Mandelſchmarrn.

5 Eigelb, $^{4}/_{10}$ Liter Rahm oder Milch, 70 Gramm feingeſchnittene Mandeln, 3 Löffel Zucker, etwas Salz werden abgeſprudelt, mit ſo viel abgeriebenen feinen, blätterig geſchnittenen Semmeln oder Kipfeln gemiſcht, daß es dick aber noch ſaftig iſt; läßt eine Weile ſtehen, gibt dann Roſinen, Weinbeerln und den Schnee der Eiweiß dazu, gibt das Ganze in etwa 60 Gramm heißes Butterſchmalz, läßt es hellbraun werden, wobei man immer umſticht, häuft es dann auf eine Schüſſel und beſtreut es mit Zitronen,- oder Vanillezucker.

Holzhackerſchmarrn.

Man bringt Waſſer zum Kochen, häuft das nötige Quantum Mehl in eine Schüſſel, ſalzt es und gießt nun das kochende Waſſer unter beſtändigem Rühren über das Mehl, ſo lange, als die Maſſe gerade noch etwas mehlig, keinesfalls aber teigig iſt, gibt dies dann in heißes Schmalz, bäckt es, wobei man es öfter um- und zerſtößt. Dieſer Schmarrn bleibt ganz weiß; gibt man aber, nachdem er beinahe fertig gebacken iſt, etwas Milch dazu, ſo bräunt er ſich. — Man kann in dieſen Schmarrn auch, wenn er halb fertig iſt, feingeſchnittene Äpfel oder friſche Kirſchen geben, was ganz ausgezeichnet ſchmeckt. — Man ſerviert dazu warme Milch, gedünſtetes Obſt uſw. — Der Schmarrn muß trocken, aber doch ſaftig ſein.

Schwarzen Schmarrn

bereitet man auf dieſelbe Art wie den Holzhackerſchmarrn, nur nimmt man dazu, ſtatt weißes, das etwas dunklere Weizenbrotbackmehl. Dieſer Schmarrn braucht ziemlich viel Fett, er ſoll nicht großbrockig ſein, ſoll trocken aber ſaftig ſein. — Man ſerviert dazu Sauerkraut, Wirſchinggemüſe oder Bayeriſch Kraut (Weißkrautgemüſe), auch ungezuckerte Tomatenſoße ſchmeckt gut.

Grießſchmarrn.

Von Maisgrieß nimmt man 300 Gramm, ſalzt ihn, gibt ihn in kochende Milch und läßt ihn ½ Stunde ſtehen, miſcht dann 1 Ei dazu, gibt das Ganze in heißes Fett, bäckt es wie Schmarrn, richtet an und beſtreut es mit Zimtzucker und gibt Zwetſchgen- oder anderes Obſtkompott oder auch warme Milch dazu.

Pfannkuchen oder Omeletten.

Man bereitet den Teig von 3 oder weniger Eiern, 3 Eßlöffel Mehl, Salz, etwas Rahm, rührt ihn ſo fein ab, daß er noch gut flüſſig iſt, gibt in die Pfanne heißes Fett, gießt ſo viel Teig hinein, daß der Boden dünn davon bedeckt iſt und bäckt bei mittlerem Feuer auf einer Seite goldbraun, dreht dann mit dem Schmarrnſchäuferl um, gibt etwas Fett nach und bäckt auf dieſer Seite fertig. Die fertigen Pfannkuchen gibt man auf eine Platte, die man in das warme Rohr ſtellt, bis alle fertig ſind.

Mit Marmelade.

Den fertigen Pfannkuchen beſtreicht man mit einer beliebigen Marmelade, rollt ihn ſchön zuſammen und beſtreut ihn mit Zucker.

Äpfelküchlein und -pfannkuchen.

Schöne, große Äpfel ſchält man, läßt ſie ganz, ſchneidet das Kernhaus heraus, ſchneidet davon etwa ⅓ bis ½ Zentimeter dicke Scheiben, taucht dieſe in Pfannkuchenteig, bäckt ſie in heißem Fett ſchön goldbraun, hält ſie im Rohre warm und beſtreut ſie beim Anrichten mit Zucker oder auch mit Zimtzucker.

Mit Heidelbeeren.

Man beſtreicht die fertigen Pfannkuchen mit Heidelbeerkompott, rollt ſie und beſtreut ſie mit Zucker.

Oder: Man beſtreut den in die Pfanne gegoſſenen ganz dünnen Teig während des Backens mit rohen Heidelbeeren und Zucker, gießt darüber noch ein wenig Teig, wendet das Omelette um, bäckt auf der anderen Seite und beſtreut beim Anrichten mit Zucker.

Topfenomelette.

Man ſprudelt Topfen mit etwas ſaurem Rahm oder Eiern, etwas Salz und Zucker ab, gibt dazu Weinbeerln oder Roſinen und beſtreicht mit dieſer Fülle den bereits gewendeten und beinahe fertigen Pfannkuchen, rollt ihn in der Pfanne zuſammen, beſtreut ihn mit Zucker und richtet ihn an.

Omelette ſoufflée.

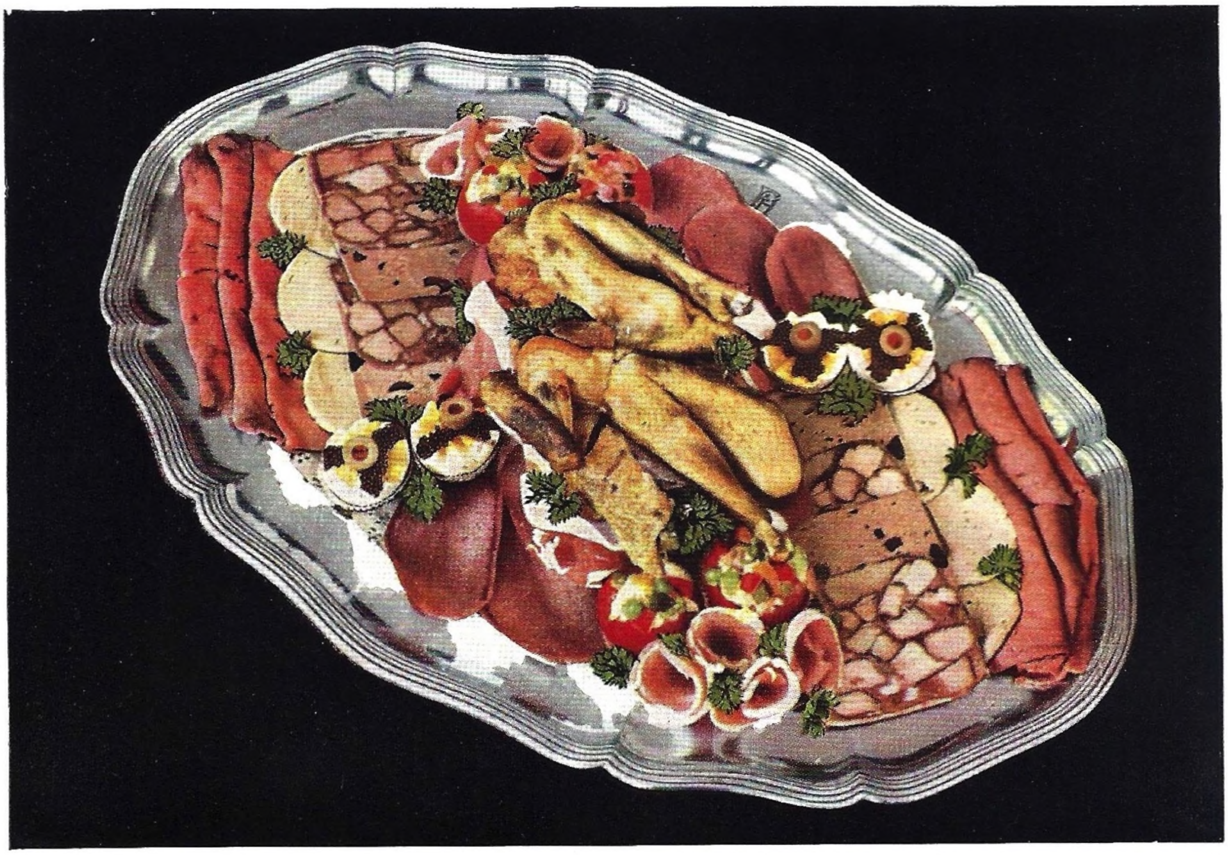
Vanille- oder Orangengeruch rührt man mit 100 Gramm Zucker und 6 Eigelb eine Viertelſtunde, gibt den feſten Schnee der Eiweiß, 4 Kaffeelöffel Kartoffelmehl dazu, bäckt von dieſer Maſſe in der Pfanne im Rohr mit ziemlicher Oberhitze, ohne zu wenden, 4 Omeletten, beſtreut dieſe mit Zucker, legt ſie auf einem Teller übereinander und ſtellt ſie, bis alles fertig iſt, ins Rohr. Dann beſtreut man die oberſte Omelette ſtark mit Zucker und brennt dieſen. — Man kann die Omeletten auch mit in Zucker geriebener Schokolade beſtreuen oder Likör, Rum oder einen Schnaps auf den ausgeſtreuten Zucker gießen oder Saft von Orangen mit Orangengeruch und Zucker gemiſcht warm machen und auf die Omeletten verteilen. Oder auch, man gießt Marillengelee, das man mit Zitronenſaft und Wein aufgekocht hat, über die Omeletten, durchſticht dieſe, damit der Saft eindringen kann.

Zigeunernudeln.

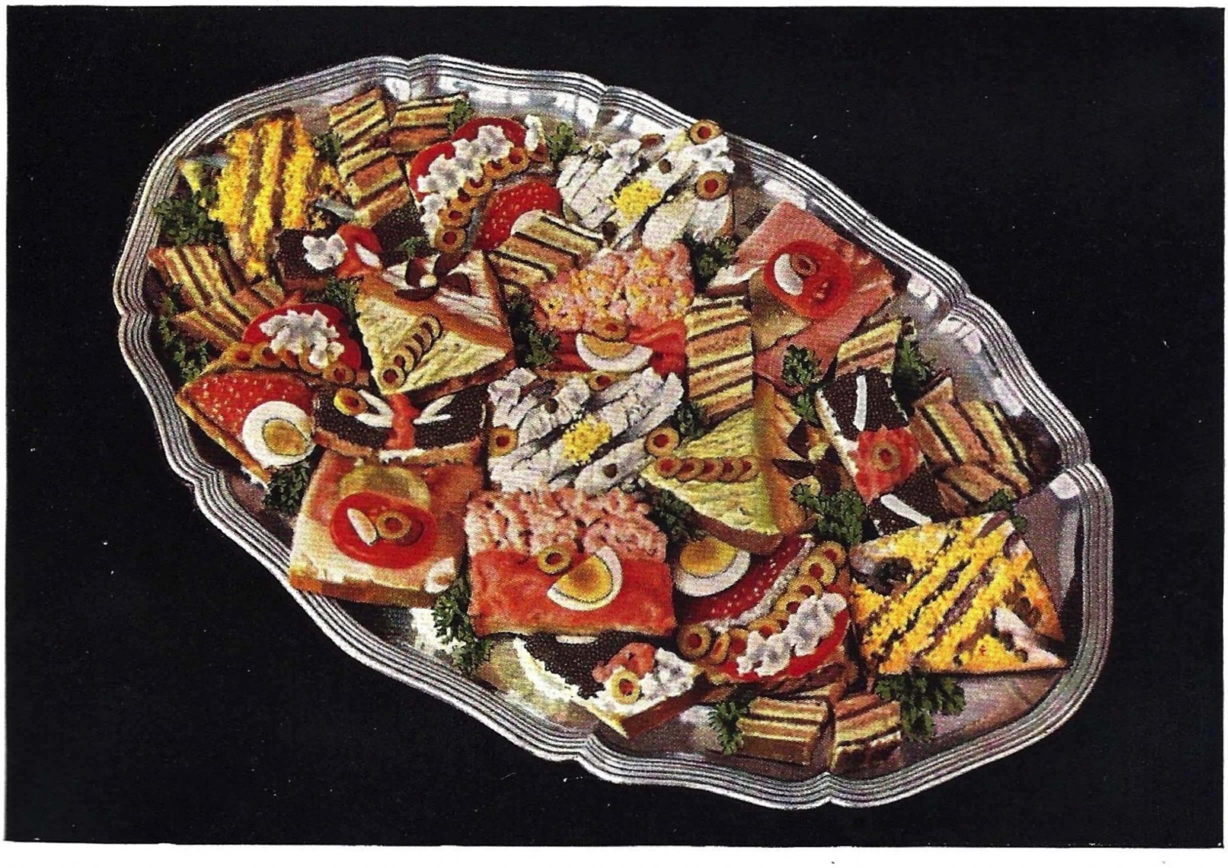
In eine Backform abwechſelnd eine Lage gekochter, gut abgetropfter Nudeln und eine Lage geriebener Nüſſe und Zucker geben, dann eine Lage geriebenen Mohn und Zucker, eine Lage Nudeln, eine Lage Marmelade uſw. Obenauf mit Zucker, Nüſſen und Butterflöckchen beſtreuen. Es empfiehlt ſich, auch auf die einzelnen Lagen Butterflöckchen zu geben, da die Speiſe viel ſaftiger wird. Backſchüſſel ins Rohr ſtellen, ſchön durchziehen laſſen und ſervieren, wenn oben eine Kruſte iſt.

Heidelbeernockerln.

1 Kilo ſchöne reife Heidelbeeren mit Ei, Milch und Mehl zu einem leichten Teig verrühren, mit einem Eßlöffel Nockerl in eine flache Pfanne mit heißer Butter legen, einmal umwenden, zuletzt zudecken und mit Zucker beſtreut warm zu Tiſch geben.



Kalte Platte für 4 Personen: Roastbeef (links und rechts), dann Wurst, Rouladen. Zunge (oben und unten), Huhn geteilt (Mitte auf Brotsockel), davor je 2 gefüllte Tomaten (mit Gemüsesalat) und Lachsschinken als Rosen, links und rechts vom Sockel Westfäler Schinken und je 2 garnierte russische Eier.



Sardellen mit geh. Eigelb und Kapern / Biedermeierschnitten (Scheibe Pumpernickel abwechselnd mit Scheibe Schwarzbrot), welche mit versch. farbiger Butter, wie z. B. Sardellen, Anchovis, Kräuter, Lachsbutter, dick bestrichen, dann kalt gestellt und in dünne Scheiben schneiden / Roter Kaviar, darauf Eischeibe, Sardellenstreifen, gef. Oliven und Tomatenscheibe mit Cremkäse oder Butter garniert / Krabbensalat und Räucherlachs mit Eischeibe garniert / Deutscher Kaviar mit Ei- u. Lachsstreifen / Gek. Schinken mit Gurken und Tomatenscheiben / Garnierter Liptauer, Kräuterbutter, dazwischen Edamerkäse in Scheiben / Bismarckheringe in Streifen abwechselnd Fleischseite und Hautseite, mit Eigelb, Kapern und gef. Oliven garniert / Deutscher Kaviar, Räucherlachs in Scheiben mit Cremkäse und Oliven garniert.

Milch- und Topfenſpeiſen, ſüß

(Rezepte für 4 bis 6 Perſonen.)

Milch und Früchte.

Schöne reife Beerenfrüchte irgendwelcher Art waſchen, in eine Glasſchüſſel geben, zuckern und von Zeit zu Zeit durcheinanderſchütteln. Nach 1 Stunde gibt man vor dem Anrichten Schlagrahm, dicken Rahm oder kalte ungekochte Milch darüber. Milch und Rahm nicht zuckern; Schlagrahm mit Zucker und Vanille miſchen.

Milch-Reis.

Den Reis brühen, wenig Salz zugeben, langſam mit etwas Waſſer und Milch zum Kochen bringen; zuckern und beim Anrichten mit Zimt beſtreuen, oder mit brauner Butter übergießen. — Dasſelbe bei Grießbrei.

Kalte Sago-Speiſe. ½ Liter Milch, ½ Liter Waſſer, 20 Gramm Butter, 50 Gramm Zucker, 200 Gramm Sago.

Den Sago in die kochende Flüſſigkeit einrühren, alle Zutaten vorher beigeben, 20 Minuten kochen. Der Sago muß ganz klar ſein (echter Tapioka wird am klarſten), die Fülle in eine naßgemachte Schüſſel ſtürzen. Nach dem Erkalten gibt man Kompott oder Fruchtſaft dazu.

Milch-Gelee. ½ Liter Milch, 125 Gramm Zucker, 1 Stück Zitronenſchale, 6 Blatt Gelatine 6 bis 7 Eßlöffel Waſſer, zur Würze etwas Madeira.

Milch, Zucker, Zitronenſchale aufkochen und auskühlen laſſen, Gelatine in Waſſer löſen, um die Feſtigkeit zu erreichen, in die Flüſſigkeit gießen, Madeira hinzugeben, in ein Glas füllen zum Gelieren.

Milchnudeln.

Man bereitet Nudelteig von 2 Eiern, ſchneidet die Nudeln kürzer und breiter als Suppennudeln, kocht ſie in 1 Liter kochende Milch ein und beſtreut ſie beim Anrichten mit Zucker und Zimt.

Dieſelben mit Mohn oder Nüſſen.

Die Nudeln werden in Milch dick eingekocht und dann in heiße Butter gegeben. Dann beſtreut man ſie mit feingeriebenen Nüſſen oder gemahlenem Mohn, gibt etwas Honig dazu, miſcht ſie leicht durcheinander und richtet ſie an.

Oder:

Man bereitet Nudeln nur von Eigelb, kocht dieſe in ſüßem Rahm mit etwas Butter und Zucker und beſtreut ſie beim Anrichten mit Zucker und Zimt. Die Nudeln müſſen dick und ſchön ſaftig ſein.

Oder:

70 Gramm Butter bröſelt man mit ½ Liter Mehl ab, gibt 2 Eigelb, 1 Ei, ein wenig guten Rahm, auch ſauren, oder warme Milch und etwas Salz dazu,

macht davon gleich einen Teig, welchen man 1 Stunde raſten läßt und dann zu nußgroßen Stücken ſchneidet. Dieſe rollt man zu langen bleiſtiftdicken Nudeln aus, gibt ſie in 1 Liter kochende Milch und läßt dieſe einkochen. Dann läßt man 70 Gramm Zucker in 20 Gramm Butterſchmalz gelb werden, gibt die Nudeln dazu und läßt ſie ½ Stunde im Rohre ſchmoren, damit ſie eine Rinde bekommen und beſtreut ſie dann beim Anrichten mit Zucker.

Milchſpeiſen von Grieß.

½ Liter Grieß miſcht man mit 2 Eßlöffeln Mehl und etwas Salz, bröſelt ſie mit 70 Gramm Butterſchmalz ab und macht alles mit 3 Eiern zu Teig. Dieſen treibt man fingerdick aus, ſchneidet ihn zu dreifingerbreiten Streifen und dieſe zu fingerbreiten Nudeln, legt dieſe in 1¾ Liter kochende Milch in flachem Geſchirr mit 50 Gramm Zucker ein, läßt ſie aufkochen und ſtellt ſie dann in das Rohr mit guter Oberhitze, damit ſie unten und oben ſchön braun werden. Beim Anrichten lockert man ſie auf, beſtreut ſie mit Zucker und ſerviert Milch dazu.

Grießbrei ſiehe Kleinkindernährung und Fleiſchloſe Küche.

Nudelſchnitten.

Man ſtellt Nudelteig von 2 Eiern her, macht davon nicht zu feine Nudeln und kocht dieſe dick und ſaftig mit Milch ein. Dann quirlt man 2 Eigelb mit etwas Zucker mit Vanillegeruch ab, gibt dies zu den inzwiſchen etwas erkalteten Nudeln, ſtreicht dieſe dann fingerdick auf ein mit Butter beſtrichenes Blech oder einen Tortenreif und bäckt ſie im Ofen. Kurz bevor ſie fertig gebacken ſind, beſtreicht man oben mit beliebiger Marmelade oder einem Gelee, gibt darüber den Schnee von 3 Eiweiß, bäckt fertig und richtet das Gebackene in Stücke geſchnitten an. — Auf dieſelbe Weiſe macht man Schnitten von Milchreis.

Kalte Milchgrütze.

Grütze wird in geſüßter Milch dick eingekocht und dann erkalten laſſen. Kurz vor dem Anrichten ſtürzt man die Grütze, ſchneidet ſie in kleine Stücke, gibt dieſe in eine Schüſſel und gießt auf Eis gekühlte ſüße Milch darüber.

Milchſulze von ſaurer Milch.

½ Liter Milch verrührt man mit 60 Gramm Zucker und der abgeriebenen Schale 1 Zitrone. Dann löſt man im Saft von 2 Zitronen 3 Blätter Gelatine auf und gießt dies zur Milch. Dann legt man friſches oder eingemachtes, gut abgetropftes Obſt in eine Glasſchüſſel, gibt die Milch darüber, ſtellt alles kühl und läßt die Speiſe ſulzen.

Gebackene Milch. 2 Eier, 2 Eigelb, ⅙ Liter Milch, 40 Gramm Zucker, etwas abgeriebene Zitrone.

Alle Zutaten verquirlen und in einer Auflaufform im Waſſerbad im Rohr feſt werden laſſen.

Topfenſtrudel.

20 Gramm Butter rührt man mit 2 Eiern und 1/5 Liter ſauren Rahm ſchaumig, miſcht den gut geriebenen Topfen mit ein wenig Salz dazu, zuckert nach Geſchmack. Mit dieſer Miſchung beſtreicht man den fein ausgezogenen Teig, beſtreut mit Weinbeeren oder Roſinen, rollt ihn zuſammen, legt den Strudel in eine Kaſſerolle, in die man etwas Butter mit Milch oder Rahm gegeben hat und bäckt ihn, indem man oben öfters mit Butter ſtreicht.

Johannisbeer-Topfen.

Ganz friſchen weißen Käſe (Topfen) rührt man mit gutem ſüßen Rahm, ſtreicht ihn dann durch ein feines Sieb und rührt ihn glatt. Inzwiſchen hat man Johannisbeeren entſtielt, im eigenen Saft ohne Waſſerzuſatz gekocht und nach Belieben gezuckert. Nun paſſiert man ſie und rührt das kühle Kompott zum Käſe, und zwar rührt man ihn ſo lange, bis alles ſchön ſchaumig wird. Man ſerviert das Ganze in einer Glasſchale und garniert mit friſchen Beeren.

Mit Erdbeeren.

Der Topfen, welcher ganz friſch ſein muß, wird mit ſüßem Rahm gemiſcht, durch ein Sieb geſtrichen, mit Zucker, etwas Zimt und Ingwer gewürzt und dann ſchaumig geſchlagen. Das Ganze gibt man dann über eine mit Erdbeeren belegte Glasſchale.

Topfenfülle zu Hefen- oder Butterteig.

Man verrührt 4 Eigelb mit 140 Gramm Zucker und miſcht 300 Gramm geriebenen Topfen, 140 Gramm ſüße und 20 Gramm bittere Mandeln geſtoßen und Zitronengeruch dazu.

Puddings - Aufläufe - Cremes

Puddings, warm.

Bechamel-Pudding. 100 Gramm feines Mehl, 100 Gramm Butter, gut 1/8 Liter Milch, 100 Gramm feiner Zucker, 6 Eier, etwas abgeriebene Zitronenſchale.

Man gibt Mehl, Butter, Milch und die Hälfte des Zuckers in einen Tiegel und trocknet es auf dem Herd ab, bis es ſich vom Tiegel löſt. Man rührt die Maſſe kalt, damit ſie keine Haut bekommt, gibt dann nach und nach 6 Eidotter, das geriebene Gelbe einer kleinen Zitrone, die andere Hälfte des Zuckers und zuletzt den ſteifen Schnee der 6 Eiweiß dazu. Die Maſſe wird in eine gut gebutterte, mit Mehl ausgeſtäubte Puddingform gefüllt und 1 Stunde gekocht. Steigt faſt zur doppelten Höhe, deshalb darf nur bis zur Hälfte der Form gefüllt werden. Mit Weinſchaumſoße zu Tiſch geben.

Grieß-Pudding. 90 Gramm Grieß, ¼ Liter Milch, 50 Gramm Butter, 4 Eier, 75 Gramm Zucker, 1 Meſſerſpitze Salz, 30 Gramm Mandeln, etwas abgeriebene Zitronenſchale, Butter und Semmelmehl zur Form.

Von Milch, Butter, Salz und Grieß einen dicken Brei kochen, vom Feuer wegnehmen, 1 Eigelb darunter rühren, dann die übrigen Eigelb mit Zucker und den geſchälten, geriebenen Mandeln ſchaumig rühren, den erkalteten Grießbrei dazugeben, zuletzt den ſehr ſteifen Schnee. Maſſe in vorbereitete Form geben und 1 Stunde im Waſſerbad kochen. Fruchtſoße dazugeben.

Reis-Pudding. 120 Gramm Reis, 3/8 bis ½ Liter Milch, 80 Gramm Zucker, abgeriebene Zitronenſchale, 60 Gramm Butter, 4 Eier, Butter und Semmelbröſel zur Form.

Der Reis wird gewaſchen, mit kaltem Waſſer ans Kochen gebracht, abgeſchüttet, mit der nötigen Milch weich gekocht, aber ohne daß die Körner verkochen, und kalt geſtellt. Zu der ſchaumig gerührten Butter gibt man Zucker, Eigelb und Zitronenſchale, rührt die Maſſe 15 bis 20 Minuten, miſcht den erkalteten Reis und zuletzt den Eiſchnee darunter, füllt die Maſſe in eine vorbereitete Puddingform und kocht ihn 1 Stunde. — Man ſerviert ihn mit Fruchtſaft oder Weinſchaumſoße.

Schwarzbrot-Pudding. 150 Gramm geriebenes Schwarzbrot, etwas Wein zum Anfeuchten, 100 Gramm Butter, 4 Eier, 10 Eßlöffel Zucker, abgeriebene Zitronenſchale, Zimt, 75 Gramm Sultaninen.

Butter, Zucker und Eigelb ſchaumig rühren, die angefeuchteten Schwarzbrotbröſel dazugeben, Zitronenſchale, Zimt und Sultaninen, zuletzt den ſehr ſteifen Schnee, dann die Maſſe in eine ausgefettete und ausgebröſelte Puddingform einfüllen und 1 Stunde kochen. Nach dem Kochen den Pudding ſtürzen und mit Weinſoße anrichten. — Vorbereiten des Schwarzbrotes: Dasſelbe in dünne Scheiben ſchneiden, auf trockenem Blech backen, dann erkalten laſſen und auf der Reibmaſchine reiben.

Warmer Schokolade-Pudding. 60 Gramm Schokolade, 1 Eßlöffel Kakao, 3/16 Liter Milch, 50 Gramm Zucker, etwas Vanillin, 60 Gramm Mehl, 30 Gramm Butter, 3 Eier, Butter und Weckmehl zur Form.

Die geriebene Schokolade und der Kakao werden in einem Topf erwärmt und mit der Milch glatt verrührt, Vanillin, Butter zugegeben, zum Kochen gebracht und das Mehl darin zu einem Kloß abgerührt. Zucker und Eigelb werden ſchaumig gerührt, dann der abgekühlte, gebrühte Teig gut darunter gemiſcht und zuletzt der ſteife Schnee durchgezogen. Man kocht den Pudding 1 Stunde und gibt eine Vanilleſoße dazu.

Diplomatenpudding.

In ¼ Liter mit Vanille gekochter Milch verrührt man 100 Gramm feinen Zucker und 4 Eigelb, ſchlägt das Ganze dann auf dem Feuer, bis es dick wird (nicht kochen), nimmt es dann weg und gibt 10 Gramm aufgelöſte Gelatine dazu, worauf man alles durchſeiht und erkalten läßt. Fängt es an, dick zu werden, ſo zieht man ½ Liter Schlagſahne leicht darunter, gibt nun von dieſer Maſſe eine Lage in eine mit kaltem Waſſer ausgeſpülte Zapfenform, legt darauf Biskuitſtücke, die man in Rum oder Kirſchwaſſer getaucht hat, ſowie Stücke von Kaſtanien, die man in Zucker wälzt, darauf wieder eine Lage Creme uſw., bis die Form voll iſt, worauf man ſie kaltſtellt, erſtarren läßt und erſt kurz vor dem Anrichten ſtürzt.

Fadennudel-Pudding. ½ Liter Milch, 1 Priſe Salz, 60 Gramm Butter, 125 Gramm Fadennudeln, 1 ganzes Ei, 100 Gramm Zucker, 5 Eigelb, 30 Gramm geſchälte ſüße Mandeln, 2 bis 3 Stück bittere Mandeln, abgeriebene Zitronenſchale, 100 Gramm Sultaninen oder Weinbeeren, 5 ſehr ſteife Eiſchnee.

Milch, Priſe Salz, Butter zum Kochen aufſtellen, in die kochende Flüſſigkeit die Fadennudeln einkochen, die Maſſe dann zum Kloß abrühren, an die noch heiße Maſſe das ganze Ei rühren. Maſſe abkühlen laſſen. — Zucker, Eigelb, ſüße geriebene Mandeln, bittere Mandeln ſchaumig rühren, den abgekühlten Kloß dazugeben. Zitronenſchale, Sultaninen, zuletzt den ſehr ſteifen Schnee. Maſſe in eine vorbereitete Form einfüllen und 1½ Stunden kochen. Mit Fruchtſoße ſervieren (Hagebuttenſoße).

Mandel-Pudding. 3 große Eier, 75 Gramm Zucker, Saft und Schale einer halben Zitrone, 60 Gramm geſchälte, geriebene Mandeln, 30 Gramm Mehl.

Eigelb und Zucker rührt man ſchaumig, gibt Zitrone, Mandeln, Mehl und zuletzt den ſteifen Eiſchnee leicht unter die Maſſe. Füllt dieſe in eine mit Butter beſtrichene, mit Weckmehl ausgeſtreute Form und kocht den Pudding 1 Stunde im Waſſerbad. Man läßt ſodann den Pudding ohne Deckel im Backofen noch 10 Minuten aufziehen und bringt ihn mit Aprikoſen-, Himbeer- oder Johannisbeerſaft zu Tiſch.

Sächſiſcher Pudding. Knapp ¼ Liter Milch, 30 Gramm Butter, 1 Priſe Salz, 100 Gramm Mehl, 1 ganzes verquirltes Ei, 70 Gramm Butter zum Schaum, 100 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel Zitronenzucker, 5 Eigelb (6 bittere Mandeln), 60 Gramm Sultaninen, 1 Teelöffel Backpulver, 5 bis 6 ſteife Eiſchnee, Butter und Semmelbröſel zur Form.

Milch, Butter und Salz zum Kochen aufſtellen, das Mehl auf einmal hineingeben und ſo lange rühren, bis ſich die Maſſe als feſter, gleichmäßiger Teig vom Topfe löſt. Unter die heiße Maſſe ſchnell ein verquirltes Ei rühren. Dann Butter, Zucker, Eigelb ſchaumig rühren, den Zitronenzucker oder etwas abgeriebene Zitronenſchale dazu, die Mandeln und Sultaninen, dann der abgekühlte Brandteig und zuletzt der ſehr ſteife Schnee. Maſſe in vorbereitete Puddingform füllen und im heißen Waſſer 1¼ Stunde kochen. Nach dem Kochen Pudding ſtürzen und mit Rotweinſoße oder Hagebuttenſoße ſervieren.

Semmelpudding.

550 Gramm Semmeln, die einige Tage alt ſein müſſen, werden fein gerieben, 2 Eßlöffel Sojamehl dazu getan, mit 1 Taſſe Milch übergoſſen und zu einem glatten dicken Brei gekocht, der ſich vom Tapfe löſen ſoll, worauf man den Brei erkalten läßt. Nun rührt man 100 Gramm Butter mit ebenſoviel Zucker ſchaumig, gibt dazu die abgeriebene Schale einer Zitrone, 100 Gramm Korinthen, etwas Zimt und geſtoßene Nelken, etwas Wein oder Rum in den Semmelbrei, miſcht alles gut, gibt noch ein Backpulver darunter und füllt die Maſſe in eine gebutterte Form. Eine gute Stunde im Waſſerbad kochen und den Pudding mit Obſtkompotten oder Fruchtſäften anrichten.

Aufläufe

Vanilleauflauf.

$^{3}/_{10}$ Liter guten, ſüßen Rahm ſprudelt man mit 100 Gramm Zucker, 6 Eigelb, 2 Eßlöffel Kartoffelmehl und Vanillegeruch gut ab, miſcht den Schnee der Eiweiß dazu und bäckt die Miſchung in einer tiefen Schüſſel ½ Stunde bei mehr Ober- als Unterhitze, beſtreut dann mit Vanillezucker und ſerviert ſogleich.

Zitronenauflauf.

Eine Auflaufform wird mit dünnem Blätterteig ausgelegt und im heißen Ofen ſchnell goldbraun gebacken. Dann rührt man 3 Eßlöffel Butter mit 1 Taſſe Zucker ſchaumig und fügt nach und nach 3 Eigelb dazu, ſowie die fein geſchnittene Schale und den ausgepreßten Saft 1 Zitrone. Dann bringt man 3 Taſſen Milch zum Kochen, gibt 3 Eßlöffel Kartoffelmehl, in etwas Milch angerührt, hinein, läßt aufkochen, kühlt aus und fügt es der Maſſe unter beſtändigem Rühren bei, zuletzt den ſteif geſchlagenen Schnee der Eiweiß. Das Ganze füllt man in den fertig gebackenen Blätterteig und bäckt vorſichtig in nicht zu heißem Ofen ſchön goldbraun.

Sagoauflauf. ¾ Liter Milch, 120 Gramm Sago, 1 Priſe Salz, 60 Gramm Butter, 90 Gramm Zucker, 3 bis 4 Eier, Schale von ¼ Zitrone.

Sago in kochende Milch einlaufen laſſen und langſam weich und glaſig kochen. Butter, Zucker und Eigelb werden ½ Stunde ſchön ſchaumig gerührt, der erkaltete, ſteif gekochte Sago, etwas abgeriebene Zitronenſchale ſowie der ſteife Eiſchnee dazugegeben, die Maſſe in eine vorbereitete Form gefüllt und bei mäßiger Hitze 50 bis 60 Minuten gebacken. Mit Wein-, Frucht- oder Karamelſoße zu Tiſch geben.

Reisauflauf. 200 Gramm Reis, ¾ Liter Milch, 1 Priſe Salz, 65 Gramm Butter, 60 Gramm Zucker, 3 bis 4 Eier, abgeriebene Zitronenſchale, 3 bis 4 ſehr ſteife Eiſchnee. — Butter zur Form.

Der Reis wird gebrüht, mit Milch und etwas Salz weichgekocht. Butter wird ſchaumig gerührt, abwechſelnd Eigelb und Zucker dazugegeben, ſpäter das ausgekühlte Reismus, dann Zitronenſchale und Eiſchnee. Nach Vorſchrift ¾ bis 1 Stunde backen. — Man kann auch eine Hälfte des Teiges einfüllen, dann Äpfel oder andere nicht zu ſaftige Früchte und wieder Teig überſtreichen.

Kapuzinerkoch.

3 Eigelb mit 3 Eßlöffel Zucker ſchaumig rühren und mit 60 Gramm geriebener Schokolade, etwas Zitronenſchale, dem Schnee von 3 Eiweiß und 10 Eßlöffel Bröſel zuſammenmengen. Die Maſſe in gebutterter, mit Bröſeln ausgeſtreuter Form backen, noch heiß mit 1 Taſſe Fruchtwein übergießen, wenn geſtürzt.

Kirſchenauflauf. 3 bis 4 Milchwecke, $^{1}/_{8}$ Liter Milch, 2 Eier, 50 Gramm Butter, 20 Gramm Zitronat, 20 Gramm Mandeln, Zimt, 375 bis 500 Gramm Kirſchen, 60 Gramm Zucker. — Butter und Weckmehl zur Form.

Die Milchwecke werden abgerieben, in kleine Scheiben geſchnitten und mit ſoviel

Milch übergoſſen, als ſie aufſaugen, die Butter wird ſchaumig gerührt, Zucker und Eigelb noch kurze Zeit mitgerührt, dann die Wecke, die geriebenen Mandeln, das würfelig geſchnittene Zitronat und der Zimt allmählich dazugegeben, der ſteife Eiſchnee und zuletzt die Kirſchen darunter gemiſcht und die Maſſe in vorbereiteter Form ¾ bis 1 Stunde gebacken.

Apfelauflauf. 12 kleine Äpfel, 120 Gramm Mehl, 1½ Quart Milch, 3 bis 4 Eier, 3 Eßlöffel Zucker.

Man ſchält die Äpfel, ſticht mit einem Apfelausſtecher das Kernhaus heraus und füllt ſie mit etwas feſter Marmelade von Himbeeren, Johannisbeeren oder dgl. Die ſo hergerichteten Äpfel legt man in eine gut gefettete Auflaufform und übergießt ſie mit einem Teig, den man aus obigen Zutaten hergeſtellt hat. Man läßt den Auflauf bei nicht zu ſtarker Hitze etwa ¾ Stunden backen.

Biskuitauflauf. 24 kleine Löffelbiskuit, etwas Marmelade, 120 Gramm Mehl, 1½ Quart Milch, 3 bis 4 Eier, 3 Eßlöffel Zucker.

Die Löffelbiskuit werden mit Marmelade beſtrichen und je 2 zuſammengeklebt. Man legt ſie in eine gut gebutterte Auflaufform, rührt aus obigen Zutaten einen Teig an, gibt denſelben über die Biskuits und bäckt den Auflauf bei gelinder Hitze 35 bis 40 Minuten.

Makronenauflauf. ¾ Liter Milch, ½ Stange Vanille, 125 Gramm Mehl, 3 Eigelb, 125 Gramm Zucker, 90 Gramm Butter, 3 Eigelb, 100 Gramm zerbröckelte Makronen, 6 Eiſchnee.

In die kochende Vanillemilch gibt man Mehl und Butter und bäckt einen Kloß ab. Nach dem Auskühlen gibt man 3 Eigelb dazu und die mit Zucker und Makronen verrührten weiteren 3 Eigelb, zieht den Schnee der 6 Eiweiß unter und bäckt den Auflauf ¾ bis 1 Stunde.

Wiener Auflauf.

½ Liter Milch wird mit Vanille gekocht, etwas ausgekühlt und geſeiht. Dann rührt man 5 Eigelb und 120 Gramm Zucker gut ab, gibt unter beſtändigem Rühren 2 Eßlöffel Kartoffelmehl und dann die Milch dazu, ſtellt das Ganze auf das Feuer und rührt es, bis es dick iſt. Dann ſeiht man es, miſcht es mit geſchnittenen, eingekochten Früchten und dem Schnee von 10 Eiweiß, häuft es in eine mit Butter ausgeſtrichene Backſchüſſel, bäckt es 20 Minuten im Rohr und richtet in der Schüſſel an.

Rumauflauf.

Zu 100 Gramm Zucker mit Saft und Geruch einer Zitrone gibt man nach und nach unter beſtändigem Rühren 5 Eigelb, miſcht den Schnee der 5 Eiweiß darunter und dann ſo viel Rum, daß es ſtark nach Rum duftet, häuft es auf eine Schüſſel, beſtreut mit Zucker und bäckt in jäher Hitze.

Reisauflauf. (Wiener Art.)

Man kocht 100 Gramm Reis in Milch weich und dick. Hierauf treibt man 70 Gramm Butter mit 4 Eigelb und 70 Gramm Zucker mit Geruch ab, rührt löffelweiſe den ausgekühlten Reis dazu, miſcht den Schnee der Eiweiß darunter und bäckt das Ganze in einer mit Butter ausgeſtrichenen Form. — Wenn der Reis ſaftig und weich gekocht iſt, braucht man mehr Eier, als wenn er trocken iſt. — Dieſen Reis kann man auch mit gedünſteten Apfel- oder Quittenachteln oder mit geſchälten, halbierten und gezuckerten Marillen oder Pfirſichen oder auch eingekochten Früchten unterlegen oder auch Marmelade dazu ſervieren.

Grießauflauf.

5 gehäufte Eßlöffel Grieß werden mit Milch weich und dick gekocht, dazu gibt man 40 Gramm Butter, rührt während des Auskühlens, gibt dann unter Rühren 4 Eigelb, 3 Eßlöffel Zucker mit Geruch, zuletzt den Schnee der 4 Eiweiß nur leicht darunter und bäckt in bemehlter Form. — Man kann mit Marmelade, eingekochten Früchten oder geriebener Schokolade unterlegen.

Apfelauflauf.

½ Kilo Äpfel dünſtet man mit Zucker und wenig Waſſer weich und fügt dazu etwas Zitrone und 1 Handvoll Sultaninen. Hierauf laſſe man 1 Liter Milch mit 2 Löffel Zucker und etwas Butter aufkochen, läßt etwas auskühlen, gießt es über 2 gut zerſchlagene Eigelb, rührt dann über Feuer, bis es dicklich wird. Dann miſcht man es zu den gedünſteten Äpfeln, füllt das Ganze in die gefettete Auflaufform, garniert oben mit dem ſteif geſchlagenen und gezuckerten Schnee der 2 Eiweiß und bäckt im Rohr. — Dieſen Auflauf kann man mit jeder Art Früchte bereiten.

Bananenauflauf.

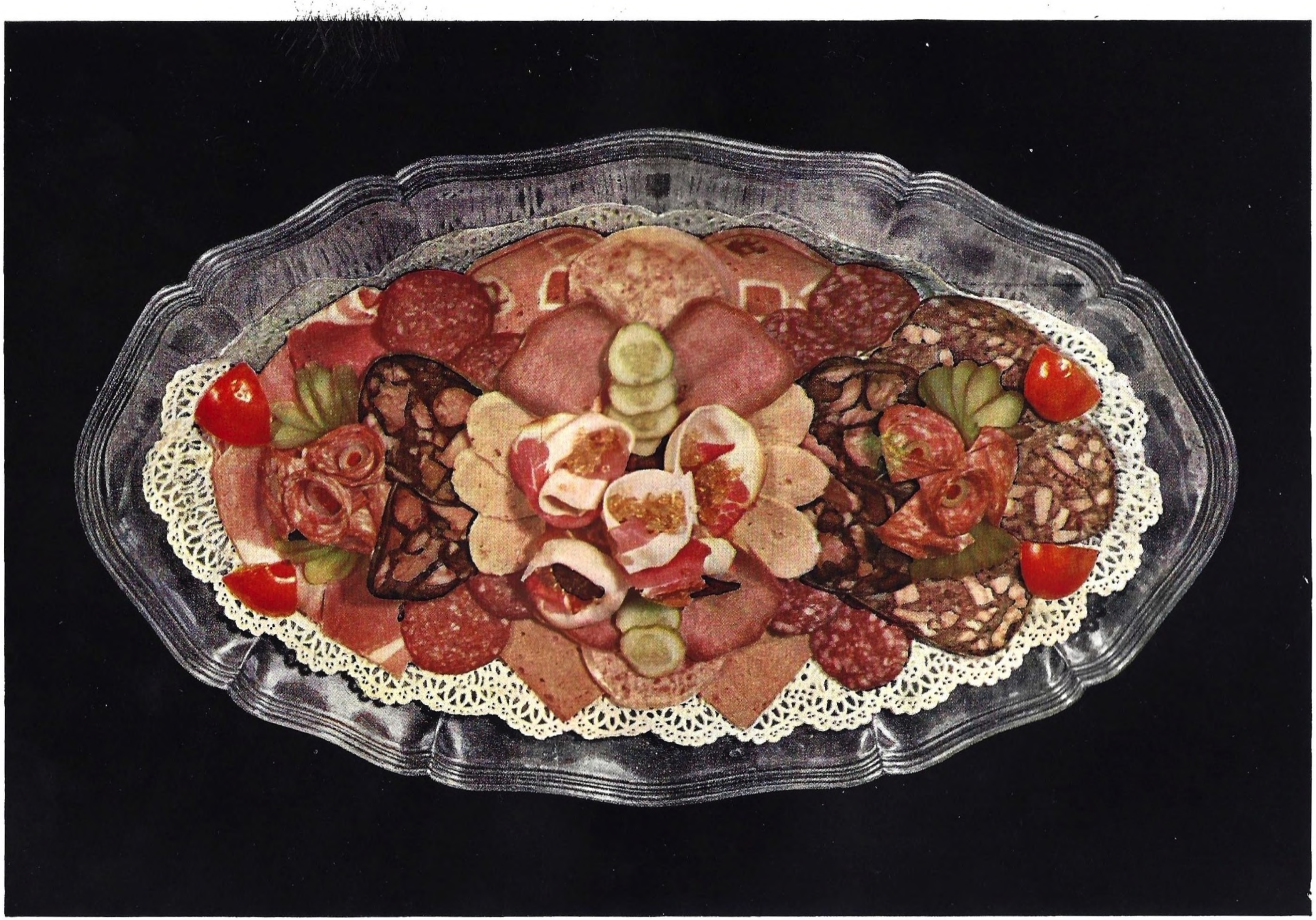
In kalter Milch rührt man 60 Gramm Mehl und 70 Gramm feines Reismehl an und kocht es mit 30 Gramm Butter und ⅓ Liter Milch unter ſtändigem Rühren zu Bechamel. Dann ſchneidet man 3 Bananen in kleine Stückchen, übergießt ſie mit etwas Rum, Kirſchwaſſer oder Likör und läßt ſie ziehen; indeſſen paſſiert man 2 Bananen (große), rührt das Paſſierte mit 4 Eigelb und 3 guten Eßlöffeln feinem Zucker ſchaumig, miſcht dazu das Bechamel, die Bananen, zuletzt den Schnee von 2 bis 3 Eiweiß, füllt alles in eine gut gebutterte Auflaufform und bäckt es im Rohr.

Kürbisauflauf.

Etwa 2½ Kilo Kürbis kocht man ohne Waſſerzuſatz auf kleinem Feuer zu einem Brei, den man durch ein Sieb treibt. Der Brei ſoll ziemlich feſt ſein. Dieſen Brei vermiſcht man mit 1 Taſſe Rahm, nicht ganz ſo viel Zucker, 3 geſchlagenen Eiern, etwas Zimt, Salz, einer Kleinigkeit Ingwer und eventuell 1 Gläschen Maraſchino. Dieſe Maſſe füllt man dann in eine mit dünnem Blätterteig ausgelegte Form und bäckt ſchön goldbraun.

Herzoginnenauflauf.

Ein Teller voll Kuchenreſte oder Zwieback wird fein gerieben, mit 1 Liter kochender Milch übergoſſen, mit 2 Löffel Zucker, etwas Butter und 2 Eigelb verrührt dazugegeben und das Ganze im heißen Ofen dicklich und ſteif werden laſſen; dann läßt man abkühlen und ſtreicht darauf 1 Lage Marillen-, Himbeer- oder



Wurst-Platte

Mitte: Tüten aus Westfäler Schinken mit Aspik gefüllt, anschließend Zunge, Hirnwurst, Thüringer Blutpressack, dazwischen Rosetten aus Hartwurst mit gefüllten Oliven, gekochter Schinken, Pasteten, als Verzierung Tomaten in Fächer und Scheiben geschnitten.

Quittenmarmelade, gibt obenauf den ſteif geſchlagenen Schnee der Eiweiß, den man mit Staubzucker gemiſcht hat, und etwas geriebene Mandeln und bäckt dann in nicht zu heißem Ofen ſchön goldbraun.

Altwiener Auflauf.

Etwa 1¼ Kilo ſäuerliche Äpfel werden geſchält, recht fein geſchnitten, mit 175 Gramm Roſinen gemiſcht und in die Auflaufform gefüllt. Dann ſchmilzt man 90 Gramm Butter in ¼ Liter Milch oder Rahm, rührt dazu 125 Gramm Mehl und rührt dieſes ſo lange auf dem Feuer, bis es ſich vom Topfe löſt. Hierauf verrührt man 90 Gramm Butter mit 6 Eigelb, 175 Gramm Zucker, etwas abgeriebener Zitronenſchale und Zimt, 175 Gramm gemahlener Nüſſe oder Mandeln, gibt zuletzt den Schnee der Eiweiß leicht darunter, miſcht dann das Ganze und füllt es über die Äpfel in die Form und bäckt es 50 Minuten im Ofen.

Maisauflauf.

¾ Liter Milch und ¾ Liter Fleiſch- und Gemüſebouillon werden getrennt zum Kochen gebracht, dann gemiſcht und in dieſe Miſchung 225 Gramm Maisgrieß mit dem Schneebeſen darunter geſchlagen und etwa 20 Minuten kochen laſſen. Dann wird eine Auflaufform mit Butter ausgeſtrichen und der Maisbrei zweifingerdick eingefüllt, dann reibt man 30 Gramm Parmeſan- oder Emmentaler Käſe, ſtreut davon auf den Mais, gibt etwas Rahm darauf, füllt wieder mit Mais, dann Käſe und Rahm uſw. Zuletzt gibt man neben Rahm und Käſe noch etwas Butter und bäckt den Auflauf etwa 40 Minuten im Ofen.

Maisauflauf.

225 Gramm Maisgrieß wird wie oben in 1½ Liter Milch gekocht, dann zweifingerdick in die ausgebutterte Form gefüllt. Dann belegt man den Mais mit 50 Gramm Sultaninen und 1 Taſſe Apfelmus, gibt etwas Rahm dazu, wieder Mais darauf, dann von den Sultaninen uſw., bis die Form voll iſt. — Obenauf gibt man etwas Rahm mit Butter und bäckt den Auflauf im Ofen. — Der Milchmais kann nach Belieben gezuckert werden. — Wenn der Auflauf geſtürzt iſt, beſtreut man ihn mit Zimt und Zucker.

Türkiſcher Reisauflauf.

In 2 Liter Milch kocht man ¼ Kilo Reis weich, aber ſo, daß der Reis noch ſchön körnig iſt, dann läßt man ihn erkalten. Nun rührt man ¼ Kilo Zucker, 150 Gramm Sultaninen und Schnee von 5 Eiweiß darunter, füllt die Maſſe in eine gut gebutterte Form und bäckt ſie im Ofen.

Reisauflauf.

¼ Kilo Reis kocht man in ½ Liter Milch weich und läßt ihn erkalten. Dann rührt man 150 Gramm Butter ſchaumig, gibt nach und nach 4 Eigelb, 150 Gramm Zucker, etwas Vanillezucker und den Saft 1 Zitrone dazu, rührt alles gut durcheinander, miſcht dann den Reis dazu und zuletzt den Schnee der 4 Eiweiß, füllt nun die Maſſe in eine gut gebutterte Auflaufform und bäckt ſie bei mittlerer Hitze bis ¾ Stunden.

Kaſtanienauflauf.

Rohe geſchälte Früchte läßt man ſo lange im kochenden Waſſer liegen, bis man ihnen die Haut abziehen kann. Nachdem kocht man die Früchte mit Milch und etwas Vanille weich, paſſiert ſie, rührt ſie dann mit 40 Gramm Butter, 5 Eigelb, 40 Gramm Zucker, 2 Löffel Maraschino, miſcht den Schnee der 5 Eier dazu, gibt die Maſſe in eine mit Butter ausgeſtrichene Form, beſtreut ſie mit Zucker und bäckt das Ganze.

Kaſtanienpudding.

Man treibt 60 Gramm Butter mit 5 Eigelb ab, gibt 140 Gramm gebratene, auf dem Reibeiſen fein geriebene Früchte, fein geriebene Mandeln und den Schnee der Eier dazu, füllt das Ganze in eine mit Butter ausgeſtrichene Form und kocht den Pudding im Waſſerbad. 100 Gramm Zucker kocht man mit dem Saft von 2 Orangen und 1 Zitrone und gibt denſelben dazu als Soße.

Rahmauflauf.

Von 30 Gramm Mehl, 1 Priſe Salz, 60 Gramm Zucker, etwas abgeriebener Zitronenſchale, ⅓ Liter ſaurem oder ſüßem Rahm rührt man einen glatten Teig, gibt nach und nach 4 Eigelb dazu ſowie den Schnee der Eiweiß und füllt die Maſſe in die gut gebutterte, mit Bröſel ausgeſtreute Form, worauf man den Auflauf bis ¾ Stunden bäckt.

Oder: Eine Auflaufform wird gut ausgefettet, dann mit Weißbrotſchnitten ausgelegt, die man mit einigen Butterſtückchen belegt. Darauf kommen nun, gleichmäßig verteilt, eingemachte Früchte, von denen man den Saft gut ablaufen läßt; darüber gießt man dann die oben angegebene Maſſe und bäckt den Auflauf bei guter Hitze ¾ Stunden.

Apfelbrotauflauf (billig).

200 Gramm alte Semmeln zerſchneidet man und übergießt ſie mit einem guten ½ Liter kochender Milch, worauf man ſie weichen läßt. Dann ſchält man 1 Kilo Äpfel, ſchneidet ſie zu feinen Scheiben und miſcht ſie mit 70 Gramm Zucker. Nun rührt man 100 Gramm Butter mit 60 Gramm Zucker, 4 Eigelb, 1 Priſe Salz und etwas abgeriebener Zitronenſchale ſchaumig, miſcht dazu das zerdrückte Brot, die Äpfel und zuletzt den Schnee der Eiweiß. Wenn die Maſſe zu breiig ſein ſollte, ſo gibt man noch etwas feine Bröſel dazu. Das Ganze füllt man in die gut gebutterte Form, ſtreut dieſe mit Bröſel aus und bäckt dann bei guter Hitze bis 1 Stunde. (Auch kalt vorzüglich.)

Kirſchenpolſter.

150 Gramm alte Semmeln werden entrindet, in Stücke geſchnitten und mit einem guten ½ Liter Milch übergoſſen, welche kochend ſein muß. Dann rührt man 60 Gramm Butter mit 100 Gramm Zucker, 4 Eigelb, etwas Zimt, 50 Gramm fein geſchnittenen oder auch geriebenen Mandeln oder Walnüſſen ſchaumig, gibt das aufgeweichte, verrührte Brot dazu, dann etwa 1 Liter friſche oder auch eingemachte Kirſchen (dieſe aber ohne Saft) und zuletzt das zu Schnee geſchlagene Eiweiß, füllt die Maſſe in eine gut gebutterte, mit Bröſeln ausgeſtreute Form und bäckt bei guter Hitze 1 Stunde. — Dieſen Auflauf kann man warm oder kalt ſervieren.

Früchtenauflauf.

6 Eigelb verrührt man mit 60 Gramm Zucker, ¾ Liter Milch oder beſſer ſüßem Rahm, 4 Eßlöffel Kartoffelmehl und zuletzt mit dem Schnee von 6 Eiweiß. Dann zuckert man Himbeeren-, Erd-, Johannis-, Heidelbeeren, ausgeſteinte Kirſchen oder Pflaumen gut ein, läßt den Zucker anziehen und zieht das Gerührte leicht darunter. Das Ganze füllt man dann in eine gebutterte, mit Bröſeln ausgeſtreute Form und bäckt es.

Rhabarberauflauf.

¼ Kilo in Stückchen geſchnittener Rhabarber wird in etwas Wein mit 130 Gramm Zucker weich gedünſtet und zum Erkalten geſtellt. Dann rührt man 5 Eigelb mit etwas gutem Rahm, Zucker, Zimt oder Vanille gut ſchaumig, zieht zuletzt den Schnee der Eiweiß darunter, miſcht es unter den Rhabarber und füllt das Ganze in eine gebutterte und ausgebröſelte Form, worauf man es fertig bäckt.

Pariſer Auflauf.

120 Gramm Mehl verrührt man mit 5 Eigelb und ½ Liter Milch, rührt die Maſſe dann auf dem Feuer dick, gibt dann 40 Gramm Zucker und eine Kleinigkeit Vanillezucker dazu, füllt damit eine gebutterte Auflaufform halb voll, ſchlägt das Eiweiß zu Schnee, zuckert es etwas und macht davon einen Kranz auf das Eingefüllte, beſtreut dieſen mit länglich fein geſchnittenen Mandeln, füllt die Mitte mit feiner Erdbeer- oder anderer Konfitüre aus und bäckt das Ganze, bis es ſchön gelbbraun iſt.

Cremes und kalte Puddings

Kalte Cremes und Flammeris.

Caramel-Creme. 80 Gramm Zucker, ¼ Liter Milch, 3 Eier, 4 Blatt Gelatine.

Der Zucker wird auf einer Stielpfanne ſchön braun geröſtet, mit 2 bis 3 Eßlöffel heißem Waſſer abgelöſcht und mit ¼ Liter Milch aufgekocht; 3 Eigelb mit etwas Milch verklopft darangeben und unter ſorgfältigem Rühren einen Augenblick kochen laſſen. Inzwiſchen hat man 4 Tafeln weiße Gelatine in wenig heißem Waſſer aufgelöſt, gibt dies unter die Maſſe, und wenn dieſelbe etwas abgekühlt iſt, den ſteifen Schnee der 3 Eiweiß. Form mit feinem Öl ausſtreichen, Maſſe einfüllen und auf Eis ſtellen.

Heidelbeercreme. Dickes Heidelbeerkompott zum Auslegen der Form, nach Belieben Biskuit. Zur Creme: 1 Liter Milch, ½ Stange Vanille, 80 Gramm Mondamin, 6 Eigelb, 70 Gramm Zucker, 6 Eiſchnee mit 2 bis 3 Eßlöffel Zucker vermiſcht, zur Baiſermaſſe.

Die Milch mit der Vanille ausziehen laſſen, Mondamin mit Zucker und Eigelb und etwas Milch angerührt einlaufen laſſen, die Maſſe auf dem Feuer ſchlagen, bis ſie dick iſt, kühl ſchlagen, über das in eine Mehlſpeiſenform gegebene Kompott füllen, den gezuckerten Eiſchnee aufſpritzen und bei ſehr ſcharfer Oberhitze überbacken, eventuell mit einer glühenden Schaufel brennen. Kalt zu Tiſch geben.

Feiner geſtürzter Reis. 150 Gramm beſter Reis, Waſſer zum Abwellen, ½ Liter heiße Milch, 1 Priſe Salz, ½ Stange Vanille, 100 Gramm Zucker, 3 Blatt heiße Gelatine, 2 bis 3 Eßlöffel Maraschino oder Arrak, ¼ Liter Schlagrahm.

Reis abwellen, mit heißer Milch, Salz und der Vanille langſam weich kochen, bis er dick, aber noch körnig iſt; den Zucker daruntergeben und auskühlen laſſen. Sollte der Reis nach dem völligen Erkalten nicht ganz ſteif ſein, dann die in etwas heißem Waſſer aufgelöſte Gelatine dazugeben. Die Maſſe in eine mit Waſſer ausgeſpülte und Grießzucker ausgeſtreute Sturzform feſt eindrücken, in Kältemiſchung eingraben und ſteif werden laſſen, ſtürzen und mit Pfirſichhälften, Piſtazien und Schlagrahm verzieren.

Schokoladecreme. 125 Gramm Schokolade, ⅛ Liter Waſſer, 6 Blatt weiße Gelatine, 25 Gramm Kakao, etwas Vanillezucker, 6 Eiſchnee.

Schokolade und Kakao in ⅛ Liter Waſſer auflöſen, tüchtig ſchlagen, Vanillezucker und aufgelöſte Gelatine dazugeben, die Creme ſo lange rühren, bis ſie anfängt ſteif zu werden, dann den Eiſchnee oder beſſer ¼ Liter ſteif geſchlagenen Rahm darunter ziehen. Die Maſſe in Glasſchalen füllen und ſteif werden laſſen.

Neſſelrodecreme. 3 Eier, 60 Gramm Zucker, ¼ Liter Milch, Vanillezucker, Arrak, 5 bis 6 Kokosnußmakronen, 3 Blatt weiße Gelatine.

3 Eigelb mit dem Zucker ſchaumig rühren, dann mit der Milch und dem Vanillezucker aufs Feuer ſetzen und unter ſtetigem Schlagen ein paarmal aufpuffen laſſen, ſofort die vorher eingeweichte Gelatine dazugeben und gut verrühren. Unter öfterem Umrühren kalt werden laſſen, bis die Maſſe anfängt, dicklich zu werden, dann mit Arrak abſchmecken, die zerbröckelten Makronen und die 3 Eiweißſchnee dazugeben, in eine gut ausgeſpülte Sturzform geben und auf Eis erſtarren laſſen. Stürzen und mit Schlagrahm verzieren.

Schokoladeflammeri. ¾ Liter Milch, 100 Gramm Grieß, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm Schokolade, 20 Gramm ſüße Mandeln.

Milch mit Schokolade und Zucker zum Kochen bringen, dann die feingeriebenen abgezogenen Mandeln dazugeben und den Grieß einlaufen laſſen, kochen, bis der Grieß durchgekocht iſt, in mit Waſſer ausgeſpülte Form füllen und nach dem Erkalten ſtürzen.

Tutti-Frutti. ¼ Kilo fertiges Kompott von verſchiedenem Dunſtobſt oder friſchen Früchten, 10 Makronen, etwas Arrak oder Rum zum Befeuchten der Makronen. Zur Creme: ½ Liter Milch, 50 bis 60 Gramm Zucker, ½ Stange Vanille, 1 Priſe Salz, 30 Gramm Mondamin, 2 Eigelb, etwas kalte Milch, 2 bis 3 Eiſchnee.

Boden einer Glasſchale mit Kompott auslegen, Gebäck dazwiſchen. Mondamin und Eigelb mit etwas Milch zu einem dünnflüſſigen Teig anrühren, in die mit Zucker, Vanille und etwas Salz aufgekochte Milch einlaufen laſſen und unter

Schlagen 10 Minuten kochen laſſen; etwas abkühlen laſſen, dann den Eiſchnee unterziehen und die Creme über die Früchte füllen. Schön verziert zu Tiſch geben.

Erdbeer-Kaltſchale. 375 Gramm Ananaserdbeeren, 100 Gramm Zucker, 4 Blatt Gelatine, ⅛ Liter Waſſer, ¼ Liter Schlagrahm, 1 Teelöffel Vanillezucker, 2 Eiſchnee.

Die Erdbeeren mit dem Zucker fein zerdrücken, durch ein Sieb ſtreichen, mit der in etwas heißem Waſſer aufgelöſten Gelatine vermiſchen und auf Eis rühren, bis die Maſſe anfängt ſteif zu werden, dann den mit 2 Eiſchnee vermiſchten, ſteif geſchlagenen Rahm unterziehen, in eine Glasſchale füllen und auf Eis gar erſtarren laſſen. Vor dem Auftragen mit Schlagrahm und Erdbeeren verzieren.

Kaſtaniencreme mit Rum.

280 Gramm Kaſtanien werden gebraten und dann geſchält. Die Hälfte davon ſtößt man mit 50 Gramm Butter und die übrigen legt man einſtweilen beiſeite. Dann ſtreicht man die geſtoßenen durch ein Sieb, gibt 100 Gramm feingeſchnittenes Kernnierenfett dazu, 70 Gramm Zucker, 50 Gramm Roſinen, 30 Gramm geſtoßene Makronen, 1 Ei und 3 Eigelb, etwas Milch und Rum, die übrigen Kaſtanien in 4 Teile geſchnitten, mit 30 Gramm Mehl dazu, dann das Ganze in eine mit Butter ausgeſtrichene Form, und kocht es 1 Stunde im Waſſerbad. Man übergießt den Pudding dann mit Rum oder Orangenchaudeau und ſerviert auch ſolchen dazu.

Orangenchaudeau.

⅛ Liter Waſſer läßt man mit 180 Gramm Zucker aufkochen und kocht es nach dem Auskühlen mit ½ Liter Orangenſaft, ⅛ Liter Zitronenſaft und ½ Liter Eigelb zu Chaudeau.

Kalte Kaſtaniencreme.

½ Kilo Früchte läßt man in heißem Waſſer liegen, bis man ihnen die Haut abziehen kann und dünſtet ſie dann mit Zucker und Waſſer weich. Die ſchönſten ganz gebliebenen Kaſtanien werden herausgeſucht und die übrigen mit Milch paſſiert. Dann kocht man 200 Gramm Zucker mit Vanille dick ein und läßt mit dem Zuckerſirup 70 Gramm Roſinen aufſchwellen. Dann miſcht man die paſſierten Früchte dazu, gibt die Miſchung zu 15 Gramm aufgelöſter Gelatine, rührt ⅛ Liter geſchlagenen Rahm, etwas fein geſchnittene Makronen, 2 Löffel Maraschino dazu und läßt das Ganze in einer Kuppelform in Eis ſtehen. Hierauf kocht man 100 Gramm Vanilleſchokolade mit 100 Gramm Zucker fein, läßt unter beſtändigem Rühren erkalten, miſcht dieſelbe mit geſchlagenem Rahm und garniert damit und mit den ausgeleſenen Kaſtanien den geſtürzten Pudding.

Kabinettsſpeiſe mit Kaſtanien.

Man macht eine Creme von 1 Liter Rahm, 6 Eigelb und Zucker nach Geſchmack, miſcht, während ſie auskühlt, 15 Gramm aufgelöſte Gelatine dazu und rührt, wenn ſie ganz kalt iſt, ½ Liter geſchlagenen Rahm darunter. Den dritten Teil der Creme läßt man dann in einer Form ſulzen, belegt die Sulze mit würſelig geſchnittenen, vorher in Zuckerwaſſer gekochten und dann in Rum getauchten Kaſtanien, Melonenſpitzen, Quitten und Ananas, füllt wieder Creme ein und ſo weiter, bis die Form voll iſt. Dann läßt man dieſelbe fertig ſulzen, ſtürzt ſie und garniert den Pudding mit Früchten und geſchlagenem Rahm.

Kaſtanien als Kompott.

½ Kilo große Früchte werden in Zuckerwaſſer mit etwas Anis weich gekocht. Dann gibt man ſie in kaltes Waſſer und zieht das innere Häutchen ab; läßt dann 200 Gramm Zucker bis zum Kochen kommen, gibt die Früchte hinein und kocht ſie 2 Minuten mit. Hierauf gibt man ſie in eine Kompottſchüſſel, kocht den Zucker mit dem Saft 1 Orange auf, gießt ihn über die Kaſtanien und, wenn dieſelben erkaltet, ziert man mit Gelee und Piſtazien.

Kaſtanien mit Schlagrahm.

Die Früchte werden geſchält und in Zuckerwaſſer weich gekocht, dann paſſiert, mit Maraschino, Orangenſaft, Ananas, Himbeer- oder Zitronenſaft getränkt und unter feſt geſchlagenen Rahm gemiſcht.

Rhabarbergrütze. ¾ Kilo Rhabarber, 1 Liter Waſſer, 125 bis 200 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, etwas Zitronenſchale, Grieß.

Der Rharbarber wird mit dem Waſſer zu Mus gekocht, durch ein Sieb geſtrichen und mit Zucker und Zitrone abgeſchmeckt. Dann ſetzt man das Mus wieder zum Kochen auf, läßt auf 1 Liter Mus 100 Gramm Grieß auflaufen und kocht die Maſſe 10 bis 15 Minuten. In kalt ausgeſpülte Formen füllen, nach dem Erkalten ſtürzen.

Weincreme mit Kirſchen. 80 Gramm Zucker, ¼ Liter Weißwein, 1 Stückchen Vanille, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, abgeriebene Schale einer Zitrone, 5 Eigelb, ½ Eßlöffel Kirſchwaſſer, 1½ Eßlöffel Kognak, 5 Blatt weiße Gelatine, zur Einlage: ¼ Kilo Kirſchen in 2 Eßlöffel Waſſer, 2 Eßlöffel Wein, 1 Eßlöffel Kognak und 40 Gramm Zucker gedämpft.

Man löſt den Zucker in Weißwein auf, laugt die Gewürze darin aus, gibt dann die Löſung mit 5 Eigelb und der gewäſſerten Gelatine aufs Feuer und ſchlägt die Maſſe ſo lange, bis ſie durch und durch ſchaumig und kühl iſt, fügt Kirſchwaſſer und Kognak bei und füllt die Creme in eine Glasſchüſſel, die man vorher mit den erkalteten und abgetropften, gedünſteten Kirſchen ausgelegt hat.

Orangenſpeiſe. 4 große Orangen, ½ Liter Milch, 60 Gramm Zucker, ½ Stange Vanille, etwas abgeriebene Orangenſchalen, 50 Gramm Mondamin, 4 Eigelb, 4 Eiſchnee, ¼ Liter Schlagrahm, einige Makronen.

Milch, Zucker und Vanille werden zum Kochen aufgeſetzt, das Mondamin mit dem Eigelb und etwas Milch zu einem dünnen Brei angerührt und in die kochende Vanillemilch einlaufen laſſen, der man kurz zuvor die abgeriebene Schale einer halben Orange beigegeben hat. Wenn die Creme etwas abgekühlt iſt, gibt man den Eiſchnee darunter. 4 ſchöne Orangen werden ſorgfältig geſchält, in Stückchen geſchnitten, die Kerne entfernt. Man gibt nun in eine Glasſchale immer abwechſelnd etwas Creme und einige Orangenſtückchen und zerbröckelte Makronen, deckt oben mit Creme und verziert die Speiſe mit Schlagrahm und kleinen Makronen.

Orangenſpalten und -Scheiben.

5 kleine Orangen, denen man mit einem feinen Reibeiſen die gelbe Schale leicht abgerieben hat, legt man auf 2 Stunden in ein Geſchirr mit Waſſer, um ihnen den bitteren Geſchmack auszuziehen. Dann kocht man 1 Kilo Zucker mit ¾ Liter Waſſer, bis er klar iſt, ſchneidet jede Orange in 8 Spalten oder zu Scheiben, gibt dieſe, nachdem man die Kerne entfernt hat, in den Zucker, miſcht auch den Saft von 2 Zitronen dazu und kocht die Spalten oder Scheiben ſehr langſam, bis ihre dicke, weiße Schale glaſig wird.

Orangencreme.

Man macht Creme von ½ Liter ſüßem Rahm, 6 Eigelb und 70 Gramm Zucker, gibt, wenn ſie dick wird, 1 Löffel Orangenzucker dazu. Die Creme wird folgendermaßen bereitet: Man ſprudelt die Eigelb mit dem gezuckerten Rahm, ſchüttet es dann in eine Schüſſel und ſchlägt es über Feuer mit der Schneerute, bis es zu ſteigen beginnt. Dann zieht man die Schüſſel von der ſtarken Hitze weg und peitſcht oder ſprudelt fort, bis die Maſſe dick und ſchaumig geworden iſt, worauf man ſie gleich ſervieren oder, wenn ſie kalt werden ſoll, die Schüſſel in kaltes Waſſer halten kann. Während des Auskühlens ſchlägt man ſie, ſonſt gerinnt die Creme, was beſonders dann leicht geſchieht, wenn man ſie aus gutem, dickem Rahm bereitet. Man kocht und ſeiht ſie vor der Verwendung und ſprudelt die Creme auf ſehr jäher Hitze. Sollte ſie trotz dieſer Vorſichtsmaßregeln und trotz rechtzeitiger Entfernung vom Feuer gerinnen, ſo miſcht man ihr rohe, mit ein wenig kalter Milch geſprudelte Eigelb bei, um ſie zu binden. Was das Verhältnis zwiſchen Flüſſigkeit und Eigelb betrifft, ſo rechnet man auf ½ Liter Rahm ⅛ Liter Eigelb. Man kann Eigelb erſparen, indem man etwas Mehl verwendet, und zwar bei ½ Liter Rahm 1 Kaffeelöffel voll, welcher 2 Eigelb erſetzt. Man rührt die Eigelb mit dem Mehl glatt ab, ehe man ſie zur Flüſſigkeit ſprudelt.

Geſulzte Orangencreme.

Man bereitet Creme von 210 Gramm Zucker mit Saft und abgeriebenem Geruch 1 Orange, ⅛ Liter Waſſer und 5 Eigelb, gibt, während ſie auskühlt, 20 Gr. Gelatine und, wenn ſie kalt geworden iſt, ½ Liter zu Schaum geſchlagenen, mit Cochenille rötlich gefärbten Rahm dazu, läßt das Ganze in einer Form in Eis ſulzen und ziert die geſtürzte Sulze mit eingemachten Früchten.

Mandel- oder Haſelnußcreme.

70 Gramm geſchälte oder mit Zucker geröſtete Mandeln oder Haſelnüſſe werden geſtoßen in ⅓ Liter kochenden Rahm gegeben. Man läßt dieſes erkalten, ſeiht es ab und kocht es mit 70 Gramm Zucker und 5 Eigelb zu Creme.

Orangencreme.

Man macht dieſe Creme von ⅓ Liter ſüßem Rahm (Obers), 70 Gramm Zucker, 6 Eigelb und gibt dann, wenn ſie dick wird, 1 Löffel Orangenzucker dazu.

Kaffeecreme.

⅓ Liter mit gutem Kaffee gemiſchten, gut gezuckerten Rahm ſchlägt man mit 5 Eigelb und 1 Löffel Mehl über dem Feuer, bis es dick wird.

Teecreme.

1 guten Kaffeelöffel Teeblätter gießt man mit $^{4}/_{10}$ Liter kochendem Rahm auf, ſeiht ab und läßt dann auskühlen, ſprudelt ihn dann mit 70 Gramm Zucker und 6 Eigelb auf dem Feuer, bis er dick wird und gibt dann noch etwas Rum oder Orangenzucker dazu.

Schokoladencreme.

100 Gramm Zucker kocht man mit etwas Waſſer, rührt dazu 100 Gramm erweichte Schokolade, bis es recht glatt iſt, gibt dann ½ Liter Rahm und 4 Eigelb dazu und ſchlägt die Miſchung über Feuer, bis ſie dick iſt.

Likörcreme.

Man bereitet Creme von ⅓ Liter Rahm, 6 Eigelb und 100 Gramm Zucker und gibt dazu 3 Löffel Likör oder 2 Löffel Rum oder Arrak.

Ananascreme.

Man macht Creme von ⅓ Liter Rahm, 600 Gramm Zucker, 6 Eigelb und Saft von eingekochten oder eingelegten Ananas.

Ruſſiſche Creme (kalt).

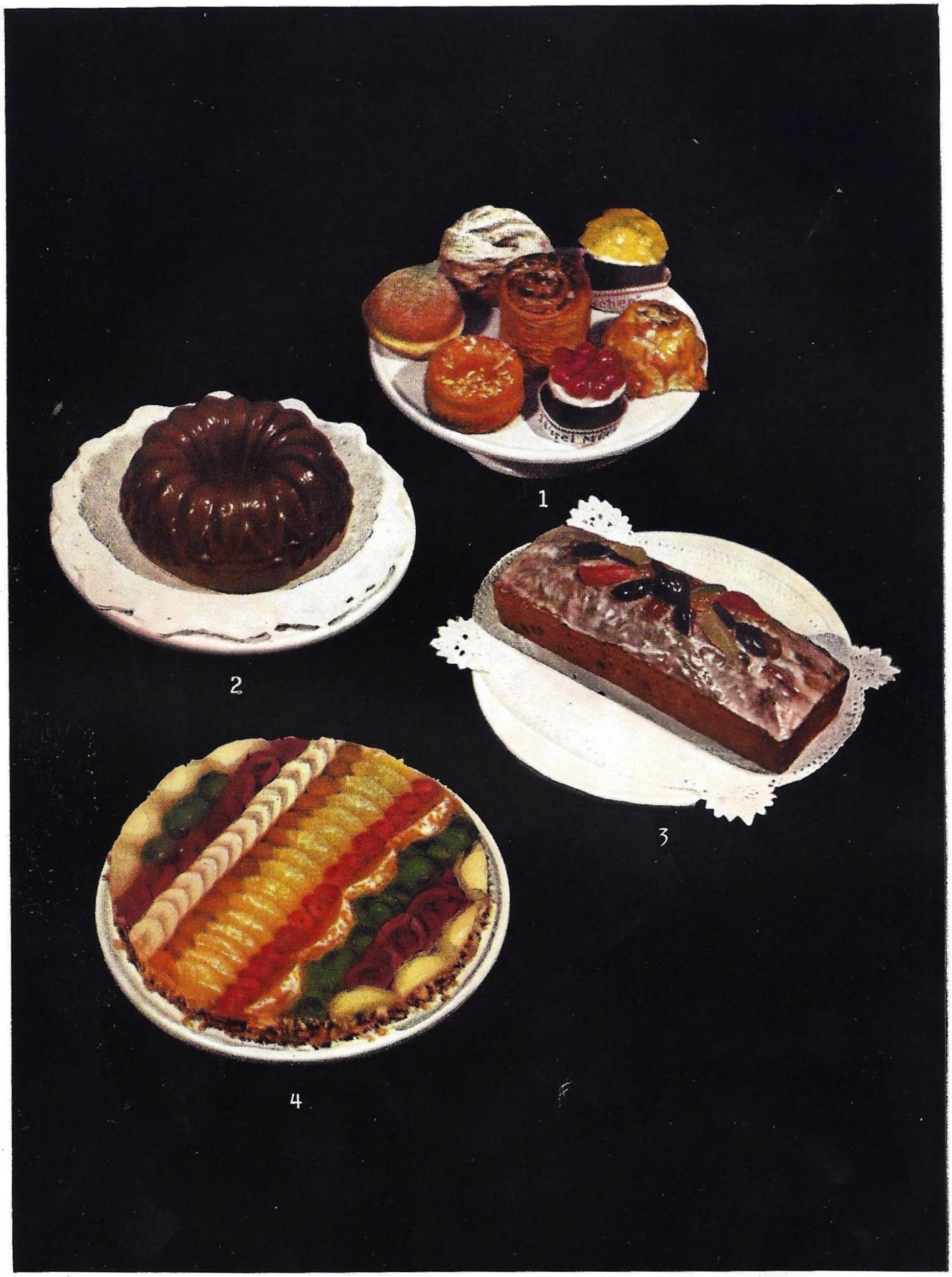
6 Eigelb rührt man mit 3 Ei ſchwer feinem Zucker mit Vanillegeruch ½ Stunde, miſcht dann den feſt geſchlagenen Schaum von $^{1}/_{5}$ Liter Rahm und zuletzt etwas Likör oder Rum dazu.

Diplomaten-Creme. Vanillecreme von 5 Eigelb, 6 Stück Makronen, 60 Gramm Sultaninen, 60 Gramm eingemachte Früchte, nach Belieben 60 Gramm Zitronat und Orangeat, 3 Eßlöffel Arrak oder Maraschino.

Die Makronen werden in kleine Würfel geſchnitten und mit Arrak befeuchtet, ebenſo die Früchte. Sultaninen oder Malagatrauben kann man mit wenig Zuckerwaſſer aufkochen und Arrak dazu geben. Sobald nun die fertige Creme (von Vanille) anfängt, feſt zu werden, gibt man eine Lage davon in eine vorbereitete Form, ſtreut Makronen darauf, dann gibt man wieder Creme und Früchte und fährt ſo abwechſelnd fort, bis die Form voll iſt. Die letzte Lage muß Creme ſein. Das Ganze läßt man dann auf Eis feſt werden, ſtürzt es und verziert es mit Früchten und Schlagrahm.

Vanillecreme.

In 1 Liter Milch oder ſüßen Rahm gibt man langſam ¼ Stange geſchnittene Vanille, läßt ſie darin 2 Stunden ziehen, nimmt ſie dann heraus, gibt dann ganz langſam unter Rühren 8 Eigelb dazu, die man vorher mit etwas kalter Milch ſchaumig geſchlagen hat, dann zuckert man nach Geſchmack und ſchlägt die Creme auf dem Feuer, bis ſie aufſteigt, nimmt ſie vom Feuer, rührt noch ein Weilchen und richte ſie ſofort an. Man gibt dazu allerlei Backwerk wie Biskuit uſw. Will man die Creme kalt ſervieren, ſo rührt man ſie kalt und ſtellt ſie bis zum Anrichten auf Eis oder in kaltes Waſſer.



1. Gemischtes Gebäck, 2. Altdeutscher Schokoladenkuchen, 3. Englischer Kuchen, 4. Vierfruchtkuchen

Vanillecreme (4 bis 6 Perſonen). ½ Liter Milch oder Kaffeerahm, ½ Stange Vanille, 5 Eigelb, 100 Gramm Zucker, 7 Blatt weiße Gelatine, 5 Eßlöffel Waſſer und 1/16 Liter Schlagrahm zum Schlagen.

Milch und aufgeſchnittene Schote an die Herdſeite ſtellen, zuerſt einmal aufkochen laſſen. Eigelb und Zucker ſchaumig rühren, langſam und vorſichtig die Milch daran, am Feuer ſchlagen. Die Gelatine auflöſen, daran ſeihen, rühren bis zur lauwarmen Temperatur, dann den ſteif geſchlagenen Schlagrahm darunter und in Glasſchale füllen.

Schokoladecreme (6 bis 8 Perſonen). 125 Gramm Schokolade, 25 Gramm Kakao, 3/16 Liter Waſſer, 1 Eßlöffel Vanillezucker, 70 Gramm Zucker, 7 Blatt weiße Gelatine, ¼ Liter Schlagſahne (Schlagrahm) zum Schlagen.

Die Schokolade in Waſſerbad erweichen, den Kakao mit 1/16 Liter Waſſer anrühren, zu der Schokolade geben, ebenſo Vanillezucker und Zucker dazu. Mit 1/8 Liter Waſſer Gelatine auflöſen, aber nicht kochen, durchſeihen, rühren und bei lauwarmer Temperatur den ſteif geſchlagenen Schlagrahm darunter. In eine Glasſchüſſel geben und erkalten laſſen.

Creme auf Hausfrauen-Art.

4 Eigelb werden mit 150 Gramm Zucker verrührt und mit knapp ½ Liter kochender Milch übergoſſen. Man füllt die Maſſe in eine runde, feuerfeſte Schüſſel und läßt im Waſſerbad im Ofen langſam gar werden. Nach vollſtändigem Auskühlen belegt man die obere Fläche dick mit eingezuckerten Himbeeren, überzieht dieſe mit Schlagſahne (Schlagrahm) und beſtreut mit gehackten, geröſteten Mandeln.

Bayeriſche Creme.

½ Liter Milch bringt man mit 1 Stück Vanille und 100 Gramm Zucker zum Kochen, gibt dann 10 Blatt in warmem Waſſer aufgelöſte Gelatine dazu, dann die 5 Eigelb, die man mit etwas ſüßem Rahm verquirlt hat, rührt das Ganze bei kleinem Feuer, bis es etwas dick, ſeiht es und rührt es an kühlem Ort, bis es anfängt, dick zu werden, zieht ¼ Liter zu Schlagſahne geſchlagenen ſüßen Rahm, dem man 50 Gramm Vanillezucker beigefügt hat, darunter, gießt es in die kalt ausgeſpülte Form, läßt es erkalten und ſtocken, taucht es ſchnell in heißes Waſſer und ſtürzt die Creme auf eine Glasplatte. Man gibt dazu allerlei Kleingebäck.

Creme mit Schneeballen. (4 bis 6 Perſonen.)

½ Liter ſüßen Rahm oder Milch kocht man mit 140 Gramm Zucker und 1 Stück Vanille oder einigen geſchälten, geſtoßenen bitteren Mandeln oder etwas Zimtrinde auf, ſchlägt inzwiſchen 4 Eiweiß zu feſtem Schnee, miſcht dieſen mit 140 Gramm Zucker mit Vanillegeruch, legt nun mit einem Löffel eiergroße Nocken von dem gezuckerten Schnee in den kochenden Rahm oder die Milch, dreht ſie raſch um und legt ſie auf einen Teller heraus. Nun ſchlägt man 4 Eigelb mit Milch oder Rahm, gibt dies unter beſtändigem Schlagen zu dem heißen Rahm, kocht alles zu einer dicken Creme, ſchlägt ſie kalt, häuft ſie dann auf eine Schüſſel und belegt ſie mit den Schnee-Eiern.

Creme von Äpfeln.

10 bis 12 ſchöne große Äpfel, die etwas ſäuerlich ſein ſollen, werden geſchält, in gutem Weißwein fertig gedünſtet und dann paſſiert. Iſt das Paſſierte erkaltet, miſcht man es mit ¼ Kilo feinem Zucker mit Zitronengeruch und Schnee von 4 Eiweiß, ſchlägt es 20 Minuten, gibt dann den Weinſud von den paſſierten Äpfeln dazu und ſchlägt weiter, bis die Maſſe dick geworden iſt, worauf man ſie in die kalt ausgeſpülte Form füllt und bis zum Anrichten auf Eis ſtellt.

Creme auf engliſche Art. (Vielſeitig verwendbar.)

1 Stange Vanille kocht man mit ½ Liter Milch, rührt dann 5 Eigelb mit 130 Gramm feinem Zucker ſchaumig, ſtellt das Geſchirr auf leichtes Feuer, gibt unter ſtetem Rühren die Milch ganz langſam dazu und rührt ſo lange, bis ſich der Löffel bedeckt hält; dann ſeiht man die Creme gleich in eine kalte Schüſſel, wo man ſie bis zum Erkalten rühren muß. Es iſt beſonders darauf zu achten, daß die Creme auf dem Feuer nicht kocht, da ſonſt das Ei gerinnt. — Statt Vanille kann man auch das Abgeriebene von Orangen- oder Zitronenſchalen in der Milch kochen. Oder man fügt der Milch Karamelzucker, ſtarken Tee- oder Kaffeeaufguß, erweichte Schokolade, paſſierte Erd- oder Himbeeren, Kirſchwaſſer, Maraſchino oder anderen Likör bei. Man ſerviert zu dieſer Creme Löffelbiskuits oder übergießt dieſe damit, oder auch Makronen, Baumkuchenſpitzen uſw. Desgleichen kann man dieſe Creme auch als Soße zu Puddings, gebackenem Obſt uſw. geben.

Kleine ſüße Nachſpeiſen

Pfirſiche auf königliche Art.

Man formt von Biskuitmaſſe hohle Mohrenkopfſchalen, bäckt ſie und füllt ſie dann mit leicht gezuckerten Walderdbeeren, ſetzt darauf dann ½ in leichtem Sirup gekochte Pfirſich, übergießt das Ganze mit Vanillecreme, unter die man Schlagſahne gezogen hat und ſetzt zuletzt auf die Mitte 1 entkernte Kirſche, die ſchön rot ſein muß.

Pfirſichſpeiſe. 12 große Makronen, zum Beträufeln derſelben 5 Eßlöffel Kirſchwaſſer oder Pfirſichtſaft, 6 große Pfirſiche, ¼ Liter Waſſer, 3 Eßlöffel Zucker zum Weichkochen der Pfirſiche, 3 Blatt rote Gelatine, ¼ Liter Pfirſichſaft.

Die Makronen auf eine Glasplatte legen und mit Kirſchwaſſer oder Pfirſichſaft beträufeln. Die Pfirſiche ſchälen, halbieren und in Zuckerwaſſer weich kochen. Auf jede Makrone wird ½ Pfirſich gelegt. Jeder Pfirſich wird nun mit guter Vanillecreme überzogen, die man ſtatt mit Eiſchnee mit ⅛ Liter Schlagrahm vermengt hat. (Siehe Rezept Tutti-Frutti.) In ¼ Liter heißem Pfirſichſaft löſt man 3 Blatt rote Gelatine auf, läßt den Saft erkalten; wenn er anfängt, dicklich zu werden, gibt man ihn noch über die Pfirſichſpeiſe.

Schokoladenkrapferl.

3 Eiweiß ſchlägt man zu Schnee und rührt dazu 3 Eigelb, 100 Gramm feinen Zucker, 100 Gramm geſchälte und fein geriebene Mandeln, 100 Gramm ge-

riebene Schokolade und 35 Gramm feine Kuchen- oder Semmelbröſeln, die man mit etwas Fruchtſaft befeuchtet hat, macht von dieſer Maſſe kleine Häufchen auf ein leicht gefettetes Blech und bäckt ſie bei mittlerer Hitze.

Schokoladenſchnitten.

3 Eier ſchwer Butter treibt man mit ebenſo viel Zucker und 3 Eigelb ab, miſcht dazu 3 Eier ſchwer Mehl mit dem Schnee von 3 Eiweiß, gibt dann noch 2 Eier ſchwer fein geriebene Schokolade dazu, ſtreicht dieſe Maſſe dann ſchwach fingerdick auf ein Blech, beſtreut ſie mit geſchälten halbierten Mandeln, bäckt fertig, ſchneidet von dem Gebackenen lange ſchmale Stücke, die man mit beliebiger Marmelade oder Gelee beſtreicht und dann je zwei zuſammenlegt.

Windbeutel gefüllt.

Man bäckt von Brandteig kleine Windbeutel, füllt ſie dann mit Schlagſahne, häuft ſie bergartig auf eine Schüſſel und übergießt ſie mit Schokoladencreme, die man von erwärmter, mit wenig Waſſer glatt gerührter und dann mit feſter Schlagſahne vermiſchter, fein geriebener Schokolade, bereitet hat.

Schaumſpeiſe mit Obſt.

5 Eiweiß ſchlägt man zu ſehr ſteifem Schnee und miſcht es dann mit 150 Gramm ganz feinem Zucker mit Zitronen- oder Vanillegeruch. Dann legt man eine Backſchüſſel mit aufgebogenem Rand mit Scheiben von Biskuits aus, darüber legt man das geſchälte, entkernte und in Zucker getauchte Obſt (Aprikoſen, Pfirſiche, Zwetſchgen, Erdbeeren, Himbeeren uſw., die gut reif, aber nicht zu weich ſein dürfen), häuft darauf den geſchlagenen Schaum bergartig auf und bäckt das Ganze 20 bis 30 Minuten im Rohre. — Nach Belieben kann man die Biskuitſchnitten auch mit Wein, Rum oder Arrak tränken, was ſehr fein ſchmeckt.

Oder:

Beliebiges Obſt wie oben wird entſteint und durch ein feines Sieb paſſiert, worauf man das Obſtpüree (etwa 12 Eßlöffel voll) unter geſchlagenen Schnee von 5 Eiweiß miſcht und noch Zucker nach Geſchmack zugibt. Dann füllt man es in die Backſchüſſel und bäckt wie oben.

Schaumſpeiſe mit Zwieback.

3 Eigelb, 80 Gramm Zucker mit beliebigem Geruch und ¼ Liter Milch ſchlägt man zu Schaum. Dann legt man eine ausgebutterte Backſchüſſel mit etwa 125 Gramm kleinen Zwiebacken lagenweiſe aus, ſtreut zwiſchen jede Lage Roſinen oder beſtreicht mit beliebiger guter Marmelade, gießt darüber die geſchlagenen Eigelb und zuletzt 50 Gramm zerlaſſene Butter und bäckt das Ganze im Ofen, bis alle Flüſſigkeit eingegangen iſt. Inzwiſchen ſchlägt man das Eiweiß der 3 Eier ſchaumig, zuckert es nach Geſchmack, ſtreicht es über den Zwieback, ſtreut noch etwas Zucker darüber und bäckt es noch ſo lange, bis der Überzug eine ſchöne Farbe hat.

Schaumſpeiſe mit Biskuits.

Halbfingerdicke Biskuitſcheiben werden auf einer Seite mit guter Marmelade beſtrichen oder mit Fruchtgelee belegt; darauf ſchichtet man ſie in eine gebutterte flache Backſchüſſel gitterartig ein, ſchlägt hierauf 3 Eigelb mit Zucker, Zitronen- oder Vanillegeruch und $1/8$ Liter Weißwein ſchaumig, gießt es darüber (man rechnet dies für 125 Gramm Biskuitſcheiben), gibt dann den Schaum der 3 Eiweiß darüber, beſtreut dick mit feinem Zucker und bäckt das Ganze im Ofen 20 bis 30 Minuten.

Fruchtſchnitten.

70 Gramm feine Kuchenbröſel, ebenſo viel Zucker macht man mit einigen Eigelb zu Teig, treibt dieſen aus, gibt ihn auf ein mit Butter beſtrichenes Blech, bäckt ihn halb durch, belegt ihn dann mit in Scheiben geſchnittenem, gedünſtetem Obſt, Zitronat und Roſinen, gibt darauf ſchön glatt geſtrichen Schnee von 1 Eiweiß, das man mit 100 Gramm Zucker und 50 Gramm geſchälten und fein geriebenen Mandeln verrührt hat, ſchiebt das Gebäck wieder in den Ofen und ſchneidet es, wenn es faſt fertiggebacken iſt, in gleichmäßig rechteckige Schnitten, die man fertig bäckt.

Von Kirſchen.

Von 6 Eiern, 140 Gramm Zucker und 160 Gramm Mehl bereitet man eine Biskuitmaſſe, welche man fingerdick auf ein mit Wachs beſtrichenes Blech mit Rand ſtreicht, mit Kirſchen belegt, dieſe gut überzuckert, bäckt dann das Ganze und ſchneidet es, gleich wenn es aus dem Ofen kommt, in Stücke.

Ananas mit Reis.

1 Ananas wird geſchält, in der Mitte auseinander geſchnitten, die Hälften in gleiche Scheiben geſchnitten und dieſe mit kochendem Zuckerſirup übergoſſen, den man nach 3 Stunden abgießt und mit noch etwas Zucker dick einkocht. Indeſſen kocht man 400 Gramm Reis in Waſſer halb weich, läßt ihn abtropfen, kocht ihn nun in Milch weich, gibt dann einige Eßlöffel guten ſüßen Rahm, 3 Eigelb, 100 Gramm Butter und 2 Eßlöffel Vanillezucker dazu, vermiſcht alles gut, füllt dieſe Maſſe dann in eine gebutterte Form und ſtürzt ſie dann auf eine gut warme Platte, worauf man das Geſtürzte mit den warmen Ananasſcheiben garniert, den eingekochten Sirup darübergießt und nach Belieben noch eine Soße von Marillenmarmelade dazu ſerviert.

Fruchttörtchen.

Man bäckt kleine Törtchen von Butterteig mit aufgebogenem Rand, füllt dann in die Vertiefung eingemachte, aber gut abgetropfte Früchte oder auch verſchiedene Marmeladen. Die Ränder beſtreicht man mit etwas Eigelb und beſtreut ſie dann mit feinem Zucker oder geriebenen Nüſſen, Mandeln oder Makronenmaſſe.

Ruſſiſche Charlotte.

Eine Form wird mit Löffelbiskuits derart ausgelegt, daß ſich zwiſchen dieſen kleine Fugen befinden, die glatte Seite der zurechtgeſchnittenen Biskuits kommt nach innen. Nun wird das Innere mit bayeriſcher Creme gefüllt und das Ganze bis zum Anrichten auf Eis geſtellt.

Pfirſiche nach Kardinal.

Von leichter Sandmaſſe bäckt man einen Boden von etwa 3 Zentimeter Höhe, ſticht, nachdem dieſer gut ausgekühlt iſt, kleine Böden davon aus, belegt dieſe mit eingemachten Pfirſichen oder ſolchen, die man in leichtem Zuckerſirup gekocht und nach dem Erkalten enthäutet hat. Paſſiert nun Erdbeeren, am feinſten ſind Walderdbeeren, gibt davon über die Pfirſiche, ſtaubt mit feinem Zucker, ſtreut gehackte Piſtazien darüber und garniert mit Schlagſahne.

Dattelkuchen.

150 Gramm entkernte Datteln und 50 Gramm Zitronat werden recht fein geſchnitten, 150 Gramm Mandeln werden ſamt der Schale fein gerieben und dann alles zuſammen mit Schnee von 5 Eiweiß, 150 Gramm feinem Zucker, etwas Vanillezucker und einigen Eßlöffeln feinen Semmelbröſeln glatt verrührt. Dann legt man eine Springform mit Oblaten aus, auch den Rand, füllt den Teig hinein und bäckt ihn bei kleinem Feuer ½ bis ¾ Stunden, worauf man ihn erkalten läßt und dann mit Läuterzucker mit Zitronen- oder Rumgeſchmack glaſiert. Man ſerviert den Kuchen aufgeſchnitten mit Schlagſahne, feinen Fruchtſäften oder Kompotten.

Kleine engliſche Kuchen. (Auf Vorrat.)

375 Gramm Butter treibt man ſchaumig ab, gibt nach und nach 9 Eigelb, ½ Kilo feinen Zucker, etwas Zimt, eine Kleinigkeit Nelken und Ingwer dazu und rührt es ½ Stunde, bis es ſchäumt, miſcht dann ½ Kilo gewaſchene, getrocknete Korinthen, 50 Gramm Zitronat, 50 Gramm Orangeat, alles in feine Streifen geſchnitten, zuletzt den Schnee der 9 Eiweiß, ½ Kilo feines Kartoffel- oder Pudermehl dazu, rührt dann 1 Glas Arrak leicht darunter, füllt die Maſſe in kleine Tortenförmchen und bäckt ſie bei mittlerer Hitze.

Flaumbiskuits (Avanthé).

140 Gramm feinen Zucker mit Zitronengeruch feuchtet man mit Zitronenſaft an und rührt ihn darauf mit 5 Eigelb gut ab, miſcht dann den Schnee von 3 Eiweiß und 75 Gramm Reismehl dazu, füllt alles in eine Form, bäckt es, ſtürzt und ſerviert es mit dünner Marillen-Aprikoſenmarmelade übergoſſen.

Biskuits mit Geleeſchaum.

Eine Form wird mit Butter ausgeſtrichen, mit Zucker ausgeſtreut, mit Biskuitſchnitten ausgelegt; dann füllt man mit Geleeſchaum auf, deckt darüber wieder Biskuits und kocht das Ganze im Waſſerbad. Man kann die Biskuits auch vorher in eine Miſchung von Rum, Wein, etwas Zucker und Zitronen- oder Orangenſaft tauchen. — Zum Schaum rührt man je nach Bedarf 2 bis 3 große Eßlöffel von Aprikoſen- oder Himbeergelee, ebenſo viel Zucker und 1 Eiweiß ¼ Stunde, gibt dann noch einmal dasſelbe Quantum an Zucker und 1 Eiweiß dazu und rührt noch ½ Stunde. Iſt das Gemiſch zäh geworden, ſo ſchlägt man 2 Eiweiß zu feſtem Schnee und miſcht dieſen darunter.

Oder:

Eine gebutterte Backſchüſſel wird mit Biskuits belegt, die man mit einem Likör oder gezuckertem Wein befeuchtet hat, darauf legt man eingemachte oder auch friſche, geſchälte und entſteinte Früchte, überdeckt das Ganze mit dem oben angegebenen Schaum und bäckt es.

Süße Soßen

Wein-Soße. 2 Eigelb, 1 ganzes Ei, 150 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel Stärkemehl, ½ Liter Weißwein (Apfelwein), 1 Stückchen Zitronenſchale.

In einem mehr hohen als breiten Topf Eier und Zucker ſchaumig rühren, Stärkemehl mit Wein (eventuell mit Waſſer gemiſcht) anrühren, dazugeben und die Maſſe mit dem Schneebeſen ſchlagen, bis ſie am Boden des Topfes aufſtößt, aber noch nicht kocht. (Wenn ſie aufkocht, gerinnt die Soße.) Schnell vom Feuer abziehen und noch kurz weiterrühren.

Feine Wein-Soße (Chaudeau). ½ Liter Wein, 5 Eigelb, 1 Ei, 1 Zitrone, 100 Gramm Zucker.

Wein, 5 Eigelb und 1 Ei in einem Topf, beſſer Meſſingpfanne quirlen, Schale und Saft einer Zitrone und den Zucker dazu geben, auf dem Feuer wie Weinſoße (ſiehe oben) ſchlagen.

Vanille-Soße. ½ Liter Milch, ½ Stange Vanille, 1 Eigelb, 1 Ei, 40 Gramm Zucker, 1 Teelöffel Stärkemehl.

Die Milch und die in Stückchen zerſchnittene Vanille aufkochen, durch ein feines Sieb geben. Eigelb, ganzes Ei und Zucker unterdeſſen ſchaumig rühren, mit dem in Milch verrührten Stärkemehl in die Vanillemilch geben und ſchlagen, bis die Maſſe einmal kurz aufkocht. Vom Feuer abziehen und ſchlagen, bis ſie erkaltet iſt. Dann den Eiſchnee oder 2 zu Schnee geſchlagene Eiweiß mit Puderzucker darunter miſchen und kleine Bällchen davon auf die angerichtete Soße ſetzen.

Schokoladen-Soße. ½ Liter Milch oder halb Milch, halb ſüßer Rahm, 1 Stückchen Vanille, 50 Gramm Schokolade, 30 Gramm Zucker, 20 Gramm Butter, 1 Teelöffel Stärkemehl, 1 bis 2 Eigelb.

Die Schokolade mit ein wenig Waſſer langſam weichen laſſen oder reiben und mit dem Waſſer und Zucker glatt rühren, ½ Liter Milch und eine Miſchung von Milch und ſüßem Rahm dazugeben und das mit wenig Waſſer angerührte Stärkemehl mit dem Eigelb darunter rühren. Die ſo erhaltene Maſſe auf dem Feuer bis zum Kochpunkt ſchlagen und ſofort auftragen.

Hagebutten-Soße. ⅓ Waſſer, ¼ Liter Wein, 2 bis 3 Eßlöffel Hagebuttenmark, 1 Teelöffel Stärkemehl, Zucker nach Geſchmack.

Mehl oder Stärkemehl mit Waſſer glatt rühren. Mark und übrige Zutaten zugeben, unter Schlagen aufkochen.

Punſch-Soße. 1 Teelöffel Stärkemehl, 1/8 Liter Waſſer, 2 bis 3 Eigelb, Zimt, Zitrone, 60 Gramm Zucker, 30 Gramm Butter, 1/8 Liter Waſſer, 1/10 Liter Arrak.

Stärkemehl mit 1/8 Liter Waſſer glatt rühren, Eigelb, Zucker, Butter, Waſſer, etwas ganzen Zimt und die Schale ½ Zitrone dazugeben. Die Soße auf kleinem Feuer bis zum Kochpunkt ſchlagen, durch ein Sieb geben und den Arrak einrühren.

Karamel-Soße. 60 Gramm Zucker, 1/8 Liter Waſſer, ½ Liter Milch, 1 Eßlöffel Stärkemehl, 1 Eigelb, Vanille, 30 Gramm Zucker.

60 Gramm Zucker auf kleinem Feuer bräunen, mit 1/8 Liter Waſſer ablöſchen und kochen, bis er ganz aufgelöſt iſt. Unterdeſſen das Eigelb (eventuell noch 1 ganzes Ei) mit 30 Gramm Zucker ſchaumig rühren und das verrührte Stärkemehl dazugeben. Zuletzt den gebräunten Zucker und die Milch einrühren und alles bis zum Kochen auf dem Feuer ſchlagen.

Waldmeiſter-Soße. 1 Bündel Waldmeiſter, 1 Eigelb, ½ Liter Weißwein, 90 Gramm Zucker.

Der Waldmeiſter wird verleſen, von den Wurzeln abgeſchnitten, gewaſchen und in einer Porzellanſchüſſel mit dem Wein übergoſſen und zugedeckt ½ Stunde ſtehen gelaſſen. Eigelb und Zucker ſchaumig rühren, mit dem verrührten Stärkemehl und dem abgegoſſenen Wein auf dem Feuer bis zum Kochpunkt ſchlagen.

Frucht-Soße. 125 Gramm Himbeeren, 125 Gramm Johannisbeeren, 1 Teelöffel Stärkemehl, ½ Liter Waſſer, 100 Gramm Zucker.

Die Früchte gut vorbereiten, mit dem Waſſer weich kochen, durch das Haarſieb ſtreichen und mit dem Zucker zum Kochen bringen. Das angerührte Stärkemehl einrühren und 3 Minuten kochen laſſen.

Aprikoſen-Soße. ¼ Kilo Aprikoſen, 3 bis 4 Aprikoſenkerne, ½ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Stärkemehl, 80 Gramm Zucker.

Aprikoſen waſchen, entſteinen, Steine auskernen und Früchte und Kerne in Waſſer weichkochen. Durch ein Haarſieb geben, aufkochen und das verrührte Stärkemehl einrühren, 3 Minuten kochen laſſen.

Soße von Fruchtgelees und Marmeladen. 3 bis 4 Eßlöffel Gelee oder Marmelade, ½ Liter Waſſer, 1 Teelöffel Stärkemehl.

Das Gelee oder die Marmelade wird mit heißem Waſſer angerührt und an Stelle einer Fruchtſoße gegeben. Nach Belieben zum Kochen bringen und Stärkemehl einrühren.

Rotwein-Schaumſoße. ½ Liter Rotwein, 2 Eier, 1 Kaffeelöffel Mondamin, etwas Arrak, 4 bis 5 Eßlöffel Zucker.

Mondamin mit Eidottern, Rotwein und Zucker anrühren, zum Kochen aufſtellen, unter ſtändigem Schlagen mit dem Schneebeſen bis ans Kochen kommen laſſen, dann zurückziehen und etwas abkühlen laſſen. Unterdeſſen Eiweiß zu Schnee ſchlagen, Rotweinſoße auf Dunſt ſtellen, Eiſchnee unterziehen und Soße ſchlagen, bis ſie wieder gut heiß iſt. Mit Arrak abſchmecken.

Weinſchaumſoße. ¼ Liter Weißwein, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, 2 ganze Eier, 8 Eßlöffel Zucker, 1 Kaffeelöffel Mondamin.

Man rührt Eier und Zucker ſchaumig, gibt Zitronenſaft dazu, das glatt angerührte Mondamin, zuletzt den Wein. Dann ſchlägt man die Maſſe auf dem Feuer mit dem Schneebeſen bis zum Kochen ab, läßt die Soße einmal raſch aufkochen, zieht ſie ſofort zurück und ſchlägt ſie kalt. (Serviert man die Soße warm, läßt man ſie im warmen Waſſerbade ſtehen und ſchlägt ſie nochmals ab.)

Vanillecremeſoße. ½ Liter Milch, ¼ Stange Vanille, 3 Eßlöffel Zucker, 10 Gramm Stärkemehl (Mondamin — Kartoffelmehl), 2 bis 3 Eigelb. Milch, die ausgeſchabte Vanille, Zucker zum Kochen aufſtellen, Eigelb und das Mondamin mit etwas Milch dünnflüſſig anrühren, in die kochende Vanillemilch einlaufen laſſen unter beſtändigem Schlagen, bis die Maſſe kocht, zwei- bis dreimal aufkochen laſſen, vom Feuer wegnehmen, warm oder kalt ſervieren.

Die Weintraube in der Küche

Die Traube iſt ein natürliches Arſen, welches dem Körper neue Kräfte zuführt, blutbildend wirkt und der Haut ein zartes, friſches Ausſehen gibt. Nach ärztlicher Verordnung dürfen bis zu 2½ Kilo im Tage genoſſen werden. Vor dem Genuſſe müſſen die Trauben ſorgfältig gereinigt werden, da ſich oft noch Rückſtände von Eiſen- oder Kupfervitriol mit Kalk, mit dem die Trauben geſpritzt worden ſind, auf denſelben befinden. Auch unreife Weintrauben kann man gut verwenden; dieſelben geben ein gutes Kompott, beliebtes Gelee und Saft, der ſtatt Wein in der Küche gebraucht und auch zu Limonaden verwendet werden kann.

Weinbeerſuppe.

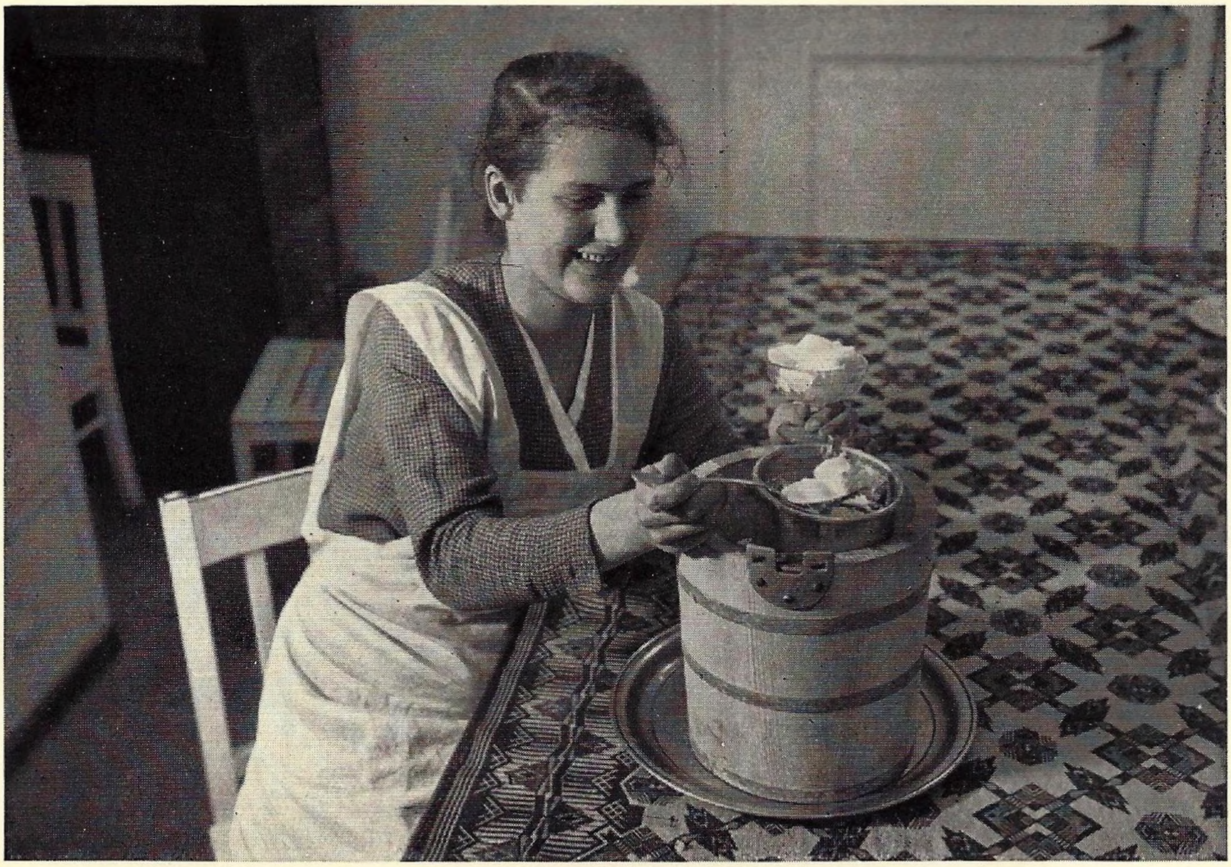
1 Liter friſcher Traubenſaft mit 1 Liter Waſſer werden zum Kochen gebracht, etwas Mehl in kaltem Waſſer angerührt und unter beſtändigem Rühren in den kochenden Saft gegeben, dann läßt man das Ganze kochen, bis es ſämig iſt. Etwas Zitronen- ſowie Hagebuttenſaft und Zucker werden noch dazugegeben. Man ſerviert Zwieback dazu.

Weinbeerkuchen.

125 Gramm Butter, 65 Gramm Zucker, 2 Eigelb werden ſchaumig gerührt. Dann miſcht man ½ Kilo Mehl ſowie getrocknete Weinbeeren darunter und macht davon einen Teig. Wenn der Teig zu feſt iſt, gibt man etwas Weißwein oder ſauren Rahm dazwiſchen. Hat der Teig 1 Stunde geraſtet, treibt man ihn aus, gibt ihn in eine Springform, beſtreicht ihn mit flüſſiger Butter, ſtreut ſüße Bröſeln darauf und füllt die Form mit friſchen Weinbeeren. Dann macht man Creme von ½ Taſſe Zucker, 1 Priſe Salz, Maizena, 1 Ei und etwas Milch; gießt dieſe Creme über die Beeren und läßt den Kuchen fertig backen.

Weinbeertorte wird auf dieſelbe Art bereitet, nur wird anſtatt Creme ein Boden von Makronenmaſſe gemacht und darauf gelegt. Man garniert dieſelbe mit Schlagſahne (Schlagrahm). — Weinbeertörtchen macht man ebenſo, nur nimmt man dazu ganz kleine Böden.

Eis mißlungen durch **falsche** Kältemischung



Eis richtig gefroren — **richtige** Kältemischung

Weinbeerkuchen aus Schwarzbrot.

130 Gramm geriebenes Schwarzbrot werden mit Wein oder Rum angefeuchtet, 150 Gramm feiner Zucker mit 3 Eigelb ſchaumig gerührt; dann ſchlägt man das Brot, gibt etwas geriebene Mandeln dazu und ebenſoviel geſchnittenes Zitronat, etwas Zimt, Nelken, Zitronenſchalen, 1 Meſſerſpitze Backpulver und zuletzt den feſten Eierſchnee — die Maſſe muß ziemlich feſt ſein. Dann miſcht man friſche Weinbeeren darunter und zwar ſo viele, als der Teig aufnimmt und bäckt das Ganze in einer Springform. Man ſerviert dazu Chaudeau oder Schlagſahne (Schlagrahm).

Weinbeerauflauf. (Für 6 bis 8 Perſonen.)

700 Gramm Weinbeeren werden mit 200 Gramm Zucker, etwas Rotwein und Zimt leicht aufgekocht. Mit den abgetropften Weinbeeren füllt man ein Dutzend Eierkuchen, die über der Fülle zuſammengerollt werden, und legt ſie in eine Springform. Dann macht man folgende Flüſſigkeit: 3 bis 4 Eigelb werden mit 100 Gramm Zucker und 1 Eßlöffel Mehl gut verrührt; man gibt dann die Weinbeerſoße daran, ſowie etwas zerdrückte Makronen oder Mandeln, gießt dieſe Maſſe über die Eierkuchen und läßt 20 Minuten im Ofen backen.

Ausgebackene Weintrauben.

Weintrauben mit lichtem Beerenſtand werden in Ausbackteig getaucht und dann ſchwimmend im Fett gebacken. Man beſtreut ſie mit Vanillezucker.

Weintraubenſalat.

Die Beeren werden ſauber gewaſchen, Weinſaft, etwas Orangen- oder Hagebutten- ſowie Zitronenſaft und Öl dazu gegeben. — Öl kann man auch weglaſſen und ſtatt deſſen Schlagſahne (Schlagrahm) nehmen.

Beſonders wertvoll ſind die Trauben zu Blutreinigungskuren.

Die Melone in der Küche.

Eine feine Abart des Kürbis iſt die Melone. War der Kürbis ſchon ſeit langem bei uns heimiſch, ſo iſt man nun auch dabei, die köſtliche Melone, die in den mehr ſüdlichen Ländern eine ganz unentbehrliche und maſſenhaft erzeugte und verzehrte Frucht darſtellt, auch bei uns zu kultivieren. Die Feinheit und Köſtlichkeit dieſer wunderbar duftenden Frucht rechtfertigt dieſes Beginnen voll und ganz. Die Beliebtheit, welcher ſich die Melone ſchon bei unſeren Hausfrauen erfreut, brachte den Anbau raſch zu großer Blüte, zudem wo dieſe Frucht auch in unſeren Breiten ausgezeichnet gedeiht. Jeder Kleingartenbeſitzer wird ſeine helle Freude an der Wüchſigkeit und Fruchtbarkeit dieſer Pflanze haben, und wer ſie nicht ſelbſt anbauen kann, der kann ſich auf jedem Grünmarkt für billiges Geld ſeinen Bedarf eindecken. Es zeugt für die Güte dieſer Frucht, daß während der kurzen Zeit, die die Melone bei uns Allgemeingut geworden iſt, ſchon eine Menge Rezepte entdeckt worden ſind, wie man ſie zubereitet. In Nachſtehendem folgen einige von dieſen Zubereitungsarten.

Melone mit Milch.

Eine friſche Melone wird in leichtem Salzwaſſer weich gekocht und dann paſſiert; man gibt das Paſſierte in kochende Milch, läßt es noch einige Zeit gut aufkochen, gibt friſche Butter, Zucker und etwas Zitronenſaft dazu. — Der Zitronenſaft muß kurz vor dem Anrichten und unter beſtändigem Rühren hineingegeben werden, da ſonſt die Suppe leicht gerinnt.

Melonentorte.

Man macht einen Butterteig und legt damit eine Springform aus (mit Rand). Friſche Melonenſpalten taucht man in Weißwein, dreht ſie dann in Zucker, legt ſie auf den Kuchen, macht darüber ein Gitter von gleichem Teig und bäckt die Torte fertig. — Man kann das Gitter auch von Makronenmaſſe machen.

Oder: Man bereitet einen Mürbeteigboden mit Rand, läßt ihn auskühlen, macht dann Melonenſpalten in Läuterzucker mit Vanillegeſchmack gar, legt ſie auf ein Sieb zum Abtropfen. Zum Zucker gibt man dann Zitronenſaft, dickt ihn mit Kartoffelmehl ein und gibt ihn kurz vor dem Kaltwerden auf die Torte. Dann ſpritzt man Gitter von Schlagrahm darauf und belegt die nun entſtandenen Vierecke mit den Melonenſpalten. Darauf läßt man vollſtändig auskühlen und ſerviert.

Eisbereitung

Vormerkung.

Einteilung in:

Halbgefrorenes oder Sorbets, Rahm-Eis, Frucht- und Waſſereis, Eisbomben.

Als Halbgefrorenes oder Sorbets bezeichnet man eine Eiscreme oder Fruchtmiſchung mit einer Geſchmackszutat, wie z. B. Maraſchino, Kirſchwaſſer u. a., die halb gefroren in Gläſern ſerviert wird.

Zu Rahm-Eis ſind die verſchiedenen Creme-Arten verwendbar. Rahm-Eis gelingt beſſer als reines Frucht- oder Waſſereis, hat kürzere Gefrierdauer, iſt geſchmacklich feiner und weit bekömmlicher als Waſſereis.

Frucht- oder Waſſereis ſetzt ſich aus Fruchtmark und Saft oder Waſſer, Zitronenſaft und Zucker zuſammen. Wird Eiweiß dazu verwendet, ſo gefriert die Flüſſigkeit ſchneller. Auf ½ Liter Flüſſigkeit rechnet man 1 verrührtes Eiweiß. Der Zucker muß kalt aufgelöſt werden und mitkochen. Damit die Miſchung den richtigen Zuckergehalt beſitzt, ſollte die Flüſſigkeit gemeſſen werden (Zuckerwaage). Allgemein rechnet man auf etwa 1 Liter Flüſſigkeit 375 bis 475 Gramm Zucker.

Bereitung des Gefrorenen.

Die nach den Rezepten fertiggeſtellte Creme wird, wenn etwas abgekühlt, in die Gefrierbüchſe gegeben und dann nach der jeder Maſchine beiliegenden Gebrauchsanweiſung weiter behandelt. Es iſt zu beachten, daß die Maſſe ſo lange gedreht werden muß, bis die Kurbel ſich nicht mehr bewegen läßt. Dann wird dieſe herausgenommen, das Gefrorene glatt geſtrichen, der Büchſendeckel aufgeſetzt, die Büchſe ringsum mit Eisſtückchen umgeben, mit dicken Tüchern zugedeckt und nochmals 1 bis 2 Stunden ſtehen gelaſſen. Bei allen Eispackungen, auch für geſtürzten Reis, iſt es gut, das Eis mit etwas Viehſalz zu miſchen. Um es ſtürzen zu können, muß man die Büchſe mit heißen Tüchern umwinden oder einen Augenblick in heißes Waſſer halten und die Speiſe mit einem dünnen Meſſer löſen. Man tut gut, den Eiskübel nochmals in ein größeres Gefäß, mit Eis gefüllt, zu ſtellen. (Über Eismaſchinen ſiehe Haushalttechnik.)

Der in den Rezepten angeführte Schlagrahm kann nach Belieben weggelaſſen werden. (Siehe Vormerkung.)

Halbgefrorenes — Eisaufläufe.

Es gibt wenig Eisſpeiſen, die ſo allgemein beliebt ſind und trotzdem ſo häufig ſchlecht zubereitet werden, wie Eisaufläufe. Dabei iſt die Technik der Zubereitung keineswegs eine ſchwierige, und ſelbſt dann, wenn man keine Eismaſchine hat, laſſen ſich die Aufläufe auf recht einfache Weiſe gefrieren.

Eisaufläufe bilden aber nicht nur im Sommer einen beliebten Nachtiſch, ſondern werden genau ſo gerne im Winter bei größeren Geſellſchaften gereicht; allerdings muß man ſich dann bei Fruchtaufläufen mit dem begnügen, was vorhanden iſt, denn im Prinzip kommen hierfür nur friſche Früchte in Betracht.

Frucht-Eisauflauf.

5 Eiweiß werden mit 300 bis 500 Gramm Zucker, den man zur großen Blaſe gekocht hat, verrührt und auf Eis kalt geſchlagen. Hierunter zieht man ½ Liter Fruchtpüree und zuletzt noch ½ Liter Schlagrahm.

Weitere Herſtellung: Man umgibt für große Aufläufe die Form mit einem ſtarken Bogen weißen Papiers, der etwa 3 Zentimeter über den Rand der Form herausragen ſoll, und umbindet feſt mit Bindfaden. Bei kleinen Aufläufen, die man in kleinen, weißen Näpfchen herſtellt, genügt es, wenn das Papier 1 bis 1½ Zentimeter über den Rand ragt. Man füllt die Maſſe in die Formen und ſtellt dieſe in einen zuvor ausgekühlten Eiskübel oder eine Eismaſchine. Im allgemeinen dürfte es genügen, wenn man für große Aufläufe 3 bis 4 Stunden und für kleine 2 Stunden Gefrierzeit rechnet. Gewiſſe Zuſammenſtellungen bedingen jedoch eine längere Gefrierzeit.

Hat man weder Eismaſchine noch elektriſchen Eisſchrank, kann man ſich folgendermaßen behelfen: Man ſtellt den Eisauflauf in eine runde, nicht zu tiefe Kaſſerolle oder Keſſel — aber keine mit langem Griff —, legt darüber 1 oder 2 Bogen weißes Papier, ſchließt mit dem Deckel ab und verklebt alle Ritzen, bzw. den Rand recht gut mit Teig, Fett oder Butter. Jetzt wird dieſe Kaſſerolle in eine entſprechend größere geſtellt, die mindeſtens an allen Seiten einen Zwiſchenraum von 10 Zentimeter haben muß, und füllt an den Seiten und oben feſt mit fein geſtoßenem Eis und Gefrierſalz. Beim Anrichten nimmt man den Auflauf heraus, beſtreut ihn oben mit geriebener Schokolade, fein geſtoßenen, geröſteten Mandeln oder Haſelnüſſen, bepudert leicht mit Zucker, löſt ſorgfältig das Papier ab, ſetzt die Form auf eine runde, mit einer Serviette belegten Schüſſel und reicht zuſammen mit einer Schale feinem Gebäck. Es iſt beſonders zu erwähnen, daß Eisaufläufe zwar durchgefroren ſein ſollen, aber der Kern noch etwas weich ſein muß.

Mit den vorgeſchriebenen Rezepten laſſen ſich unendliche Variationen von Eisaufläufen herſtellen. Erwähnt ſei hierbei noch, daß da, wo Früchte innerhalb der Aufläufe verwendet werden, dieſe 1 Stunde vorher mit Puderzucker und Likör getränkt werden müſſen, da ſie ſonſt hart gefrieren.

Feinſchmecker-Eisauflauf.

Eine Crememaſſe mit Kirſchwaſſergeſchmack und reichlich zerbröckelten, kandierten Maronen wird gefroren. Kurz vor dem Anrichten ſticht man die Mitte mit einem runden Ausſtecher von 8 Zentimeter aus, ſchneidet hiervon eine Scheibe von 2 Zentimeter Durchmeſſer ab, die wieder kalt geſetzt wird, füllt die Mitte mit einem Kompott von klein würfelig geſchnittenen Ananas, Walderdbeeren, Pfirſichen und Orangen, alles zuvor 1 Stunde mit Puderzucker und altem Kognak getränkt, gibt die Scheibe wieder auf, beſtreut mit fein geſtoßenen, geröſteten Haſelnüſſen und Puderzucker und ſerviert.

Melba-Eisbecher. 1 Liter Milch, ½ Stange Vanille, 4 Eigelb, 20 Gramm Butter, 200 Gramm Zucker. — Zum Verzieren: 15 Pfirſichhälften, ½ Glas Johannisbeergelee, ¼ Liter Schlagrahm.

Vanilleſchote in heißer Milch auslaugen, aufkochen, Eigelb und Zucker ſchaumig rühren, die ausgekühlte, abgeſeihte Vanillemilch löffelweiſe zur Schaummaſſe geben, auf Waſſerbad ſchlagen bis zum einmal Aufkochen, Butter zugeben und erkalten, 4 leicht verſchlagene Eiweiß zugeben (kein Eiſchnee) und gefrieren laſſen. In Gläſer anrichten, mit Pfirſichen belegen, mit Gelee überziehen und Schlagrahm ſpritzen.

Eistorte.

6 Eigelb werden mit 140 Gramm Zucker ſchaumig gerührt, 80 Gramm Mehl und 6 Eiſchnee dazu gegeben. Dieſe Biskuitmaſſe wird in reichlich befetteter und bemehlter Springform gebacken. Nach dem Erkalten ſchneidet man einen dünnen Deckel ab, höhlt den Boden aus, füllt ihn mit ſehr ſteifem Vanille-Eis, legt den Deckel darauf und beſtreicht ihn mit Aprikoſenſoufflé. Das Ganze ſtellt man kurz in eine ſehr heiße Röhre, damit das Soufflé braun wird, und reicht die Torte ſofort zu Tiſch. Zubereitung wie Aprikoſenſoufflé. Rezept wie folgt:

75 Gramm Puderzucker, 1 Eiweiß und 75 Gramm Aprikoſenmarmelade rührt man ſehr ſteif und fügt 3 Eiſchnee dazu. Zur Verzierung verwendet man ſtiftelig geſchnittene, geſchälte Mandeln.

Rahm-Eis

Vanille-Eis.

⅔ Liter Rahm erwärmt man mit 1 Vanilleſchote, damit der Geſchmack ausgezogen wird. 8 Eigelb und 200 Gramm Zucker werden ſchaumig gerührt, der Rahm dazu gegeben und über Dampf weiter gerührt, bis ein Kochlöffelſtiel beim Eintauchen leicht überzogen bleibt. Nach dem Erkalten entfernt man die Vanilleſchote und läßt die Maſſe in der Eismaſchine gefrieren.

Karamel-Eis. 3 Eigelb, 1 ganzes Ei, 50 Gramm Zucker, 1 bis 2 Vanillin oder ½ Stange Vanille, ½ Liter Milch oder ſüßen Rahm, 3 Eiſchnee oder ¼ Liter Schlagrahm, 75 Gramm Zucker, ⅛ Liter Waſſer.

Zucker bräunen, mit warmem Waſſer ablöſchen und aufkochen. Zutaten außer Eiſchnee verrühren, Karamel zugeben, alles unter Schlagen zum Kochen bringen. Erkalten, Schnee oder Schlagrahm untermengen, gefrieren laſſen.

Zitronen-Rahmeis.

Man bringt 1 Liter Rahm mit der Schale von 2 Zitronen langſam zum Kochen, läßt die Maſſe zugedeckt erkalten und ſeiht ſie durch. 6 Eigelb werden mit 300 Gramm Zucker ſehr ſchaumig gerührt, der Rahm dazu gegeben und die Maſſe unter ſtändigem Schlagen mit dem Schneebeſen bis vors Kochen gebracht. Unter Rühren gibt man den Saft von 3 bis 4 Zitronen und 4 ſteife Eiſchnee dazu und füllt die erkaltete Maſſe in die Eismaſchine.

Erdbeer-Eis.

Man miſcht 1 Liter warmen Rahm mit ½ Kilo Zucker, ½ Liter friſchem Erdbeermark und 2 ſteifen Eiſchnee, füllt die Maſſe in die Eismaſchine und läßt ſie halb feſt gefrieren. Nun fügt man unter tüchtigem Rühren den Saft von 2 bis 3 Zitronen dazu, läßt fertig gefrieren und miſcht ganze Erdbeeren unter die Maſſe.

Haſelnuß-Eis.

6 Eigelb, 200 Gramm Zucker und ⅔ Liter gekochten Rahm ſchlägt man über Dampf ſo lange, bis ein Kochlöffel beim Eintauchen überzogen bleibt. Nach dem Erkalten fügt man 100 Gramm geſchälte, geriebene Haſelnüſſe bei, füllt in die Gefrierbüchſe und rührt ſteif.

Kaſtanien-Eis.

¼ Kilo geſchälte Kaſtanien werden in Zuckerwaſſer mit etwas Vanille weich gekocht und dann durchs Sieb getrieben. Dann kocht man 210 Gramm Zucker mit 1/8 Liter Waſſer, gibt ihn zu den Kaſtanien, miſcht 2 Löffel Rum, ½ Liter ungekochten Schlagrahm dazu und gibt die Miſchung in die Gefrierbüchſe.

Schokolade-Eis. ½ Liter Milch, ¼ Liter Kaffeerahm, 80 Gramm geriebene Schokolade, 4 Eigelb, 65 Gramm Zucker.

Schokolade in kochend heißer Milch auflöſen; Eigelb und Zucker ſchaumig rühren, nach und nach Schokolademilch dazugeben, Maſſe zu Creme abſchlagen, behandeln wie Vanille-Eis.

Frucht-Eis

Orangeneiscreme. ½ Liter geſchlagenen ſüßen Rahm, 6 Orangen, 1 Zitrone, 375 Gramm Zucker.

Die Schalen der Zitrone und Orangen werden abgerieben, der Saft der Früchte dazu getan, ſehr gut geſüßt, mit dem Schlagrahm vermengt und in der Eisform gefroren.

Früchte in Eis.

Kirſchen, Stachelbeeren, Johannisbeeren, Erdbeeren oder andere Früchte können nach Wahl verwendet werden. Man läßt Waſſer mit Zucker und Vanille unter Rühren ¼ Stunde kochen (auf ½ Kilo Frucht ungefähr ½ Liter Waſſer und 50 Gramm Zucker), gießt die dickliche Maſſe über die in einer Glasſchale vorbereiteten Früchte und läßt ſie auf Eis, im Schnee oder im Keller erkalten.

Birnen nach Helenenart.

Man ſchält 3 ſchöne Tafelbirnen, kocht ſie in Waſſer, je nach der Art 10 bis 20 Minuten, nimmt ſie heraus und kocht ſie in aufgelöſtem Zucker fertig. Nachdem ſie erkaltet, ſetzt man ſie auf Vanille-Eis und reicht die Speiſe mit warmer Schokoladenſoße.

Vormerkung zur Bereitung der Bomben

Formen mit kaltem Waſſer ausſpülen oder mit feinem Öl bepinſeln, mit der erſten Maſſe ſchwach ⅓ voll füllen, verſchließen, in Eis und Salz (3 Teile Eis, 1 Teil Salz) eingraben. Wenn feſt, mit Arrak befeuchtete Makronen dazwiſchen geben. Sodann die zweite und dritte Maſſe ebenſo behandeln und einfüllen, feſt in Eis eingraben und 3 bis 4 Stunden gefrieren laſſen. (In der Gefrierbüchſe 2 bis 3 Zentimeter oben frei laſſen.)

Fürſt-Pückler-Eis. (Dreifarbiges Eis für 6 Perſonen.)

½ Liter Schlagrahm wird ſteif geſchlagen und in 3 Teile geteilt. Zur erſten Maſſe miſcht man den Rahm mit Zucker und etwa 15 zerbröckelten Makronen; zur zweiten Maſſe rührt man 10 Gramm Kakao mit 1 Teelöffel Vanillezucker und 30 Gramm Zucker mit etwas Waſſer an und zieht den Schlagrahm darunter; zur dritten Maſſe vermiſcht man 8 bis 10 friſche oder eingemachte Erdbeeren, gut zerdrückt, mit 30 Gramm Zucker und einigen Tropfen roter Speiſefarbe und zieht den Schlagrahm darunter. Unter die weiße Maſſe kann man zur Verfeinerung Maraschino und fein gewiegte, kandierte Früchte miſchen.

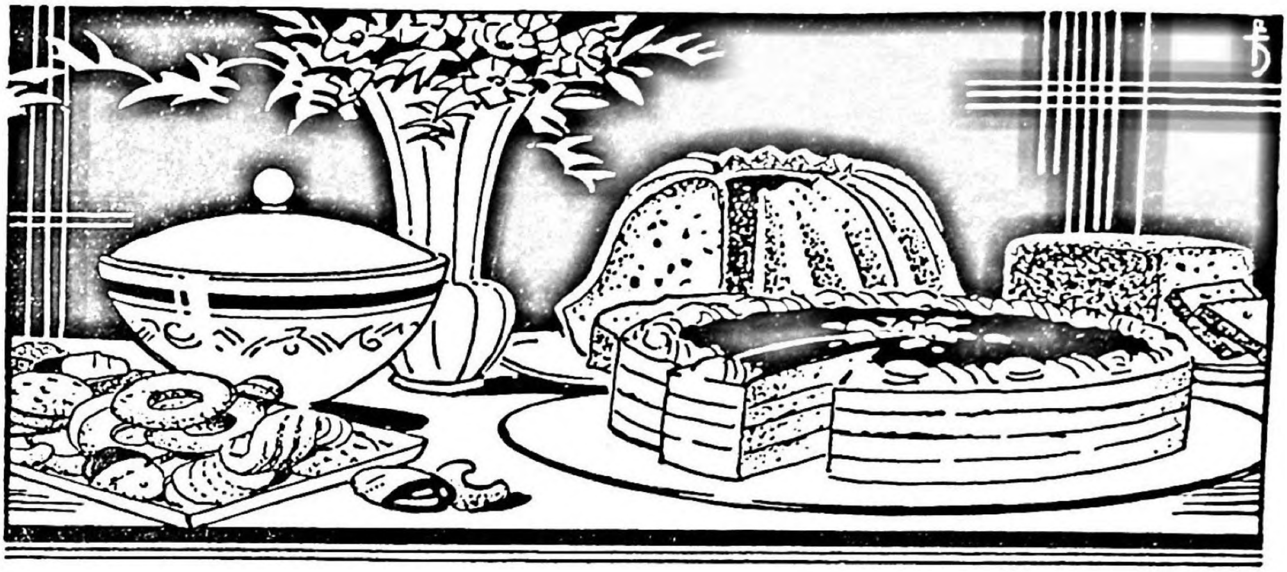
Eine Bomenform gräbt man in gut geſalzenes Eis ein, füllt die drei Maſſen nacheinander ein, gibt zwiſchen jede Schicht zerbröckelte Makronen, bedeckt oben mit Pergamentpapier, ſchließt die Form und beſtreicht den Rand des Deckels mit Fett, damit kein Eiswaſſer eindringen kann. Obenauf noch Eis geben und etwa 4 Stunden gefrieren laſſen.

Kaſtanien-Bombe.

¼ Kilo geſchälte Früchte werden in Zuckerwaſſer mit etwas Vanille weich gekocht und dann durch ein Sieb getrieben. Dann kocht man 210 Gramm Zucker mit ⅛ Liter Waſſer, gibt ihn zu den Kaſtanien, miſcht 2 Löffel Maraschino, 140 Gramm türkiſche Roſinen und 140 Gramm Korinthen, beides mit Zuckerwaſſer und ein wenig Maraschino gedünſtet und dann ausgekühlt, 20 Gramm geſchnittene Piſtatien und ½ Liter geſchlagenen Rahm dazu und läßt die Miſchung in einer Bombenform frieren.

Fruchtbombe oder Götterſpeiſe. (Reſteverwertung.)

Man legt den Boden einer tiefen Glasſchüſſel mit Biskuits, kleinen Kuchen oder Makronen aus, darüber gibt man irgendwelche eingekochte Früchte, Kompotte oder auch friſche, gezuckerte Himbeeren, Erdbeeren, Heidelbeeren, Brombeeren, Johannisbeeren, deckt darüber wieder Backwerk und füllt nun mit Schlagſahne (Schlagrahm) oder kalter Vanille- oder Nußcreme auf. Die Creme kann man oben noch mit Schlagſahne (Schlagrahm) verzieren. Das Ganze ſtellt man dann auf Eis und läßt es recht kalt werden.



Backen

Einfache und feine Backwaren – Torten – Weihnachtsgebäck – Wiener Gebäck

Eine ganz beſondere Bedeutung hat der Backtag im Haushalt der deutſchen Frau. Es iſt das geradezu ein Vorzug der beſonders tüchtigen Hausfrau, feinen, lockeren Hefeteig und andere wohlgelungene Backwaren herſtellen zu können.

Worauf hat die Hausfrau bei dem Vorrichten des Teiges ihr Hauptaugenmerk zu richten?

1. Hefeteig. Alle Zutaten und Geräte ſind gleichmäßig ſchwach zu erwärmen; bei zu ſtarker Vorwärmung der Zutaten, des Raumes oder der Geräte arbeitet der Hefepilz zu raſch, das Gebäck wird rauh; oder auch die Hefepilze ſterben ab. (Der Teig bleibt beim Backen ſitzen.) Bei zu kühler Temperatur geht die Teigführung langſam von ſtatten.

In den Lehrſtunden über das Backen befaſſen wir uns außer Hefeteig aber auch mit der Herſtellung auserleſener Backwaren, Torten und feinem Weihnachtsgebäck. Die im Lehrbuch gegebenen Anweiſungen führen uns in die genauen Kenntniſſe dieſer Küchenpraxis ein.

Regeln für das Backen.

1. Man ſorge rechtzeitig für die gewünſchte Hitze. An Hitzegraden unterſcheidet man:

Schwache Hitze. (Weißes Papier verändert ſeine Farbe nicht.) Schwache Hitze verwendet man für Teige mit großem Eiweißgehalt. Hefeteig anfangs leicht, dann mäßig.

Mittelhitze. (Papier wird nach einigen Minuten gelbbraun.) Teige mit großem Eiergehalt.

Starke Hitze. (Papier bräunt ſich nach kurzer Zeit ſehr ſtark.) Bei ſtarker Hitze ſind Teige zu backen, die viel Butter enthalten. (Schwerer Hefeteig, Stollen.)

Nach der Art der Hitze unterſcheidet man: Unter- und Oberhitze.

2. Fehlt dem Backrohr die gleichmäßige Hitze, ſo kann die Hausfrau abhelfen: Bei zu ſtarker Unterhitze ſchiebe man ein Backblech unter, bei zu ſtarker Oberhitze lege man gebuttertes Pergamentpapier auf.

Das Mehl muß ſtets geſiebt werden.

Vorbereitung der Backbleche und Formen.

1. Für Teige mit großem Buttergehalt wird das Backblech nur bemehlt.
2. Für Teige mit geringem Buttergehalt wird das Backlech gebuttert und bemehlt.
3. Feine Biskuitmaſſe backe man auf mit Papier belegtem Blech. Das Papier beſtreiche man mit Butter.
4. Bleche und Formen müſſen kalt ſein, wenn der Teig aufgelegt wird.
5. Blätterteig backe man auf mit kaltem Waſſer angefeuchtetem Blech.

Das Hefebackwerk.

Grundregeln für Hefebackwerk.

1. Hefebackwerk muß in einem warmen Raum ohne Zugluft hergeſtellt werden.

2. Sämtliche Zutaten, ſowie Teigſchüſſeln, Backbrett, Backholz und Backformen müſſen angewärmt ſein. Im Winter beſonders empfiehlt es ſich, die Teigſchüſſel mit dem Mehl zugedeckt ſchon abends vorher an einen warmen Ort zu ſtellen.

3. Die Hefe wird mit etwas lauwarmer Milch glatt angerührt, ehe ſie verwendet wird. Durch Zugabe von etwas Zucker beſchleunigt ſich ihre Wirkung. Die Hefe muß friſch ſein. Friſche Hefe iſt leicht, feſt, rein und kräftig, nicht ſauer riechend und von angenehmem Geſchmack. Bei verdächtiger Hefe laſſe man ein Stückchen in ſiedendes Waſſer fallen; ſchlechte Hefe ſinkt unter, gute zerrinnt an der Oberfläche wie Fett.

4. Einen Vorteig (Dämpfel) zu machen, iſt immer zu empfehlen, beſonders im Winter. Macht man den Teig ohne Vorteig, ſo muß er länger „gehen" und ſoll nach 1 Stunde nochmals zuſammengearbeitet werden und hierauf noch einmal 1 bis 1½ Stunden gehen.

5. Zum Aufgehen darf der Teig weder kalt noch warm ſtehen. Steht er kalt, geht er nicht oder zu langſam; ſteht er zu warm, z. B. auf heißem oder gar kochendem Waſſer, ſo liegt er an und wird zum mindeſten zähe und porös, meiſt aber unbrauchbar für Kuchen (als Suppeneinlage verwerten). Er ſoll in der Nähe des Ofens mit etwas Mehl beſtreut, um das Trocknen der Oberfläche zu verhüten, mit einem warmen Tuche zugedeckt auf lauwarmer Unterlage oder einem Topf mit lauwarmem Waſſer langſam, aber ununterbrochen gehen. Selbſt zum einfachſten Hefeteig braucht man 3 Stunden Zeit. **Was an Zeit verſpätet wurde, darf nie durch Hitze erſetzt werden!**

Einfacher Hefeteig. (Grundrezept.) ½ Kilo Mehl, ¼ bis ³/₈ Liter Milch, 25 Gramm Hefe (1 bis 2 Eier), 40 Gramm Butter (Fett), 40 Gramm Zucker, Priſe Salz (Zitronenſchale).

Vorteig (Dämpfel).

Hefe mit wenig lauwarmer Milch und etwas Zucker glatt verrühren, Mehl in die Teigſchüſſel geben, in der Mitte Hohlgrube machen. In dieſe die Hefe geben; von dem ihr zunächſt liegenden Mehl vorſichtig und allmählich ſo viel zur Hefe rühren, bis etwa ein Drittel des geſamten Mehles aufgebracht iſt. Den Vorteig mit etwas Mehl beſtreuen, an lauwarmen Ort (ſiehe Grundregeln oben) bis zur doppelten Höhe gehen laſſen. Übrige Milch mit Butter (bei einfachem Teig gut durch Schweinefett zu erſetzen) ſowie mit dem Zucker erwärmen, wenn lauwarm, zum gegangenen Vorteig abwechſlungsweiſe mit Mehl einmengen, Ei und nach Belieben abgeriebene Zitronenſchale ſowie Salz dazugeben. Das Einmengen der Zutaten zum Vorteig ſoll raſch geſchehen. Dann den Teig gut abſchlagen, bis er Blaſen wirft und ſich von der Schüſſel löſt, mit Mehl beſtreuen, zugedeckt an lauwarmen Ort ſtellen und bis zur doppelten Höhe gehen laſſen. Feſteren Hefeteig zu Hefezopf, Gugelhupf und dergleichen arbeitet man mit der Hand ſo lange, bis er ſich von dieſer löſt. Dann faßt man ihn zuſammen und wirft ihn einige Male kräftig in die Schüſſel; je beſſer er geknetet und geſchlagen wird, um ſo lockerer wird der Teig.

Zu feinem Hefeteig nimmt man mehr Butter und Eier, an denen man aber eher ſparen ſollte als an Fett, fügt Roſinen bei, muß aber, da der Teig nun ſchwerer wird, etwas mehr Hefe nehmen (auf ½ Kilo Mehl etwa 35 bis 40 Gramm Hefe). Der Mehrbedarf an Hefe richtet ſich nach dem Mehr an Zutaten, die genommen werden.

Hefeteig muß mit viel Liebe und Aufmerkſamkeit bereitet werden, wenn man Ehre damit einlegen will. Übung iſt hier nötiger als bei Rührkuchen.

Weicher einfacher und feiner Hefeteig wird verwendet zur Herſtellung von Rohrnudeln, Hefeſchupfnudeln, Dampfnudeln, kleinem Hefebackwerk, Kirchweihnudeln, einfachen Krapfen und dergleichen.

Mittelfeſter einfacher und feiner Hefeteig zu Hefekranz, Hefezopf, Zimtkuchen, Butterkuchen, Obſtkuchen.

Rohrnudeln. Einfacher Hefeteig. Zur Fertigſtellung: 100 Gramm Butterſchmalz, Puderzucker zum Beſieben.

Einfachen, mittelfeſten Hefeteig bereiten, Teig gehen laſſen, auf bemehltem Nudelbrett mit Eßlöffel Nudeln abſtechen, dieſe in gebutterte, lauwarme Raine dicht einlegen, Nudeln bis zur doppelten Höhe gehen laſſen und bei Mittelhitze ¾ Stunden backen, ſtürzen, wenn erkaltet, auseinander nehmen, mit Puderzucker beſieben.

Hefeſchupfnudeln. Einfacher Hefeteig. Zum Ausbacken: Butterſchmalz oder Palmin.

Einfachen Hefeteig bereiten, Teig gehen laſſen, mit etwas Mehl abkneten, länglich ſchmale Nudeln formen, dieſe gehen laſſen und ſchwimmend im Schmalz 10 Minuten goldgelb backen. Noch warm im Zucker und Zimt wenden.

Ausgezogene Nudeln (Kirchweihnudeln).

Man bereitet Hefeteig I oder II und legt von dieſem Teig größere Teile mit einem Löffel auf ein bemehltes Brett, formt ſie zu runden Stücken und läßt ſie aufgehen. Dann zieht man ſie mit gefetteten Fingern ſchön rund in der Mitte dünn aus, läßt aber den Rand fingerdick und legt ſie gleich, vorſichtig, damit ſie möglichſt rund bleiben, in das heiße Fett, gibt gleich etwas davon in das dünn Ausgezogene in der Mitte, wodurch dieſes in die Höhe geht und ſo eine Grube bildet. Man bäckt den Krapfen auf beiden Seiten ſchön goldgelb und füllt dann beim Anrichten in die Mitte jedes Krapfens nach Belieben Marmelade oder beſtreut ſie nur mit Zucker.

Dampfnudeln (pfälziſch). Einfacher oder feiner Hefeteig, Backfett, Salz.

Wenn der Teig gegangen iſt, mit dem Löffel kleine Nudeln auf ein mit einem warmen Tuche bedecktes Brett ſetzen. Man kann auch den Teig dick auswellen und mit einem Weinglas die Nudeln ausſtechen. Sie müſſen nochmals aufgehen. Dann in einem niedrigen eiſernen Topf Backfett heiß werden laſſen, die Nudeln vorſichtig hineinſetzen und in die Zwiſchenräume einen kleinen Schöpflöffel geſalzenes Waſſer geben. Den Deckel feſt verſchließen und nicht mehr öffnen, bis man am ausſtrömenden Dampf riecht, daß die Nudeln ſchöne Kruſten haben. Dann ſchnell den Deckel ſeitlich wegheben, daß kein Waſſertropfen auf die Nudeln fällt. Nach Belieben kann man nun die Nudeln wenden und offen auf der anderen Seite backen. Mit Milch- oder Vanilleſoße oder mit gekochtem Dörrobſt ſervieren. Vorher eine dicke Gemüſeſuppe.

Süße bayeriſche Dampfnudeln.

Teig und Backweiſe wie pfälziſche Dampfnudeln; nur gibt man ſtatt Fett und Salzwaſſer in die eiſerne Pfanne Milch, bis ſie knapp den Boden bedeckt, dann 2 Eßlöffel Zucker und 40 bis 60 Grammm Butter dazu und läßt darin die Nudeln braten wie oben.

Einfacher Hefekranz (Hefezopf).

Einfachen oder feinen Hefeteig herſtellen, in drei gleiche Teile teilen (abwiegen!), 3 Flechten davon rollen, deren Länge der Größe des runden Backbleches entſpricht. Dieſe Flechten leicht bemehlen und zu einem Zopf flechten. Man beginnt dabei in der Mitte. Die Enden ſchließt man möglichſt unſichtbar zuſammen. Oder man nimmt ein rechteckiges Backblech und legt den Zopf gerade darauf. Gehen laſſen, mit Butter oder Eigelb beſtreichen, in guter Hitze backen, nach Belieben noch warm mit Zuckerwaſſerguß ſtreichen.

Obſtkuchen aus Hefeteig. ½ einfacher Hefeteig, 1 Kilo Zwetſchgen oder Äpfel oder Heidelbeeren oder Rhabarber oder Mirabellen u. a.

Einfachen Hefeteig herſtellen, gehen laſſen, doppelt meſſerrückendick auswellen, auf gebuttertes und bemehltes Backblech legen, Rand rädeln, nochmals gehen laſſen, mit entkernten, geviertelten ſüßen Zwetſchgen oder Äpfeln belegen, bei Mittelhitze 25 Minuten backen. Nimmt man Rhabarber oder Heidelbeeren als Belag, ſo beſtreut man vorher den Teigboden leicht mit Semmelbröſeln, um das Durchdringen des Saftes zu verhüten. Äpfel bedeckt man mit einem gut gebutterten Papier, damit ſie weich und zart werden.

Zimtkuchen.

Man belegt ein rundes oder eckiges Backblech mit einfachem oder feinem Hefeteig, der aufgegangen ungefähr 1½ Finger dick ſein ſoll. Nach dem Gehen ſticht man ihn mit 1 Gabel einige Male und gibt folgenden Guß darauf: Auf ein mittelgroßes Blech ½ Taſſe ſauren Rahm oder Rahm und 1 verquirltes Ei darauf ſtreut man ½ bis ¾ Taſſe von 1 Teil geſtoßenem Zucker, ½ Teil Semmelbröſel und 1 Teelöffel feinem Zimt, nach Belieben darüber geſchnittene Mandeln. Zuletzt gibt man auf das Ganze kleine Butterflöckchen und bäckt in heißem Ofen, der nicht zu viel Oberhitze haben darf, ½ Stunde.

Butter- oder Zuckerkuchen.

Wie Zimtkuchen vorbereiten. Auf den gegangenen und geſtochenen Teigboden 100 bis 125 Gramm geſchmolzene Butter ſtreichen, darüber dick Zucker und Zimt ſtreuen.

Abgerührter Hefeteig. (Grundrezept.) ½ Kilo Mehl, 35 bis 40 Gramm Hefe, ¼ bis ½ Liter Milch, 1 Priſe Salz. Zur Schaummaſſe: 125 Gramm Butter, 3 Eier, 1 Eigelb, 60 Gramm Zucker, etwas geriebene Zitronenſchale.

Dämpfel herſtellen, gehen laſſen, genannte Zutaten ſchaumig rühren, Dämpfel mit etwas Mehl verrühren, Schaummaſſe langſam untermiſchen, Reſt des Mehles, Zitronenſchale zugeben. Teig abſchlagen und am lauwarmen Ort gehen laſſen.

Abgerührter Hefeteig findet Verwendung zur Herſtellung von: Kleingebäck, Krapfen, Saverin, Nußkranz, Gugelhupf.

Schneckennudeln und Hörnchen. Abgerührter Hefeteig. Zum Beſtreuen: 2 Eßlöffel zerlaſſene Butter. Zur Fülle: 125 Gramm Aprikoſenmarmelade. Oder: 50 Gramm Weinbeeren, 40 Gramm Zucker, etwas Zimt. Oder: 50 Gramm geſchälte, geriebene Haſelnüſſe, 50 Gramm Zucker, 2 Eßlöffel ſüßen Rahm. (Fülle für Nußkranz geeignet.) Oder: 200 Gramm Zucker, knapp ¼ Liter Waſſer, 300 Gramm geriebene Haſelnüſſe, 2 bis 3 Eßlöffel ſüßen Rahm, ½ Teelöffel Zimt, 50 Gramm fein gewiegtes Zitronat oder Orangeat. Zur Glaſur: ¼ Kilo geſiebten Puderzucker, 1 Eßlöffel Arrak, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel heißes Waſſer.

Abgerührten, mittelfeſten Hefeteig bereiten, gehen laſſen, mit wenig Mehl abkneten, doppelt meſſerrückendick auswellen. — Für Hörnchen: Quadrate abradeln, mit zerlaſſener Butter beträufeln, in die Mitte die Fülle geben, Hörnchen formen. — Für Nudeln: 1 bis 2 Zentimeter breite Streifen abradeln, mit Butter beſtreichen, Fülle daraufgeben, Streifen aufrollen. Gebäck auf gebuttertes und bemehltes Backblech ſetzen, am lauwarmen Ort gehen laſſen, mit Eigelb beſtreichen, bei Mittelhitze 10 Minuten backen; mit Glaſur beſtreichen, im offenen

Rohr trocknen laſſen, bis die Glaſur ſpringt. — Zur Glaſur: Geſiebten Puderzucker mit obigen Zutaten verrühren.

Birnkuchen. 250 Gramm Mehl, 30 Gramm Hefe, 100 Gramm Butter, 50 Gr. Zucker, 2 Eier, etwas Zitrone, Milch und Salz.

Birnen mittlerer Größe werden geſchält, halbiert, entkernt, mit Himbeermarmelade gefüllt, auf einen meſſerrückendick ausgerollten Hefeteig gelegt und ſo eingeſchlagen, daß Füllung und Teigſchluß nach unten kommen. Dann läßt man das Ganze gehen, beſtreicht es mit Ei und bäckt es bei mäßiger Hitze, worauf man die Kuchen mit geſtiftelten Mandeln beſteckt. Man ſerviert Vanilleſoße dazu.

Savarin. ½ abgerührten Hefeteig. Zur Zuckerlöſung: ⅛ Liter Waſſer, 100 Gr. Zucker, 2 Eßlöffel Arrak oder Kirſchwaſſer. Zum Beſtreichen: 3 bis 4 Eßlöffel Aprikoſenmarmelade.

Aus Hefe, Milch und ¼ des Mehles Vorteig anſetzen, wenn gegangen, mit übrigem Mehl, Zucker, abgerührter Butter und Eiern vermengen, etwas ſalzen; Teig, der ſehr weich ſein muß, in gut vorbereitete Kranzform einfüllen, nochmal gehen laſſen, ſchön goldbraun backen. Sofort nach dem Stürzen mit der aus obigen Zutaten gekochten, heißen Zuckerlöſung tränken und dann mit Aprikoſenmarmelade beſtreichen. Den inneren Raum des Heferinges mit Arrakreis füllen, dieſen mit Schlagrahm und kandierten Früchten garniern; den Ring ſelbſt mit Piſtazien beſtreuen und außen herum Schlagrahm garnieren.

Einback. ½ Kilo Mehl, 90 Gramm Zucker, Salz, ¼ Liter Milch, 1 Ei, 60 Gramm Butter, 20 Gramm Hefe. Zum Beſtreichen: 20 Gramm Butter, 2 Eßlöffel Zuckerwaſſer.

Mit den angegebenen Zutaten, bei denen man das Ei weglaſſen kann, einen Hefeteig nach Vorſchrift herſtellen und dieſen 2 bis 3 Stunden gehen laſſen. Auf dem Backbrett fingerlange, 2 Finger dicke Röllchen formen, an den Seiten mit zerlaſſenem Fett beſtreichen, und dicht nebeneinander auf ein beſtrichenes, mit Mehl beſtäubtes Blech ſetzen. Damit der Teig nicht auseinanderläuft, legt man an die Seiten harzfreie Holzſtäbchen. Den Teig nochmals ½ Stunde gehen laſſen und bei mittlerer Hitze 30 bis 40 Minuten backen. Noch heiß mit Zuckerwaſſer beſtreichen. Wenn der Einback erkaltet iſt, kann man die einzelnen Teile abbrechen.

Zwieback.

Einback nach obigem Rezept herſtellen, nach einem Tag in der Mitte durchſchneiden und auf einem Blech hellgelb röſten.

Mandelzwieback.

Auf Zwiebacke ſtreicht man ½ Zentimeter dick folgenden Guß: 3 Eiweiß zu Schnee ſchlagen, mit 200 Gramm Staubzucker und Vanillin 25 Minuten rühren, 125 Gramm geſchälte, geriebene Mandeln darunter mengen. Die beſtrichenen Zwiebacke in mäßig heißem Ofen lichtgelb backen.

Faſchingskrapfen. ½ abgerührter Hefeteig. Zur Fülle: ¼ Kilo Aprikoſenmarmelade. Zum Ausbacken: Butterſchmalz — Palmin — Kokosfett.

Abgerührten Hefeteig herſtellen, zugedeckt ſtehen laſſen, auf bemehltem Backbrett doppelt meſſerrückendick auswellen, mit Glas die Krapfen ausſtechen, in die Mitte Marmelade geben, die Ränder mit Eiweiß beſtreichen, die eine Hälfte des Teiges über die andere ſchlagen, Teigränder zuſammendrücken, zugedeckt gehen laſſen, in heißes Schmalz geben, ſofort zudecken, wenn braun, wenden und offen fertig backen, nach dem Abtrocknen noch heiß in Zucker und Zimt wenden.

Faſchingskrapfen, Berliner Pfannkuchen, ohne Ei, gefüllt.

½ Kilo feinſtes, leicht erwärmtes Mehl in eine Schüſſel geben, drückt in die Mitte eine Grube, gibt dahinein 30 Gramm angerührte Hefe, ¼ Liter Milch oder beſſen ſüßen Rahm, 130 Gramm ganz laue Butter, 1 Priſe Salz, Zucker nach Geſchmack und dann noch Vanille- oder Zitronengeruch. Davon bereitet man einen feinen Teig, den man abſchlägt, bis er Blaſen wirft und ſich gut von Geſchirr und Löffel löſt, wonach man ihn zugedeckt an warmem Ort gehen läßt. Das ſchon vorher erwärmte Backbrett wird nun mit Mehl beſtäubt und darauf der gegangene Teig etwa halbkleinfingerdick ausgearbeitet. Den ausgearbeiteten Teig teilt man dann in gleiche Hälften, ſticht aus einer Hälfte mittels eines etwas größeren Weinglaſes, als die Krapfen werden ſollen, die runden Teigflecken aus, gibt in ſeine Mitte 1 Teelöffel guter Marmelade, ſticht nun aus dem anderen Teig das gleichgroße Stück aus, legt es darüber, drückt es gut an und ſticht das Ganze mit einem nun etwas kleineren Glaſe noch einmal aus, um die beiden runden Teigfleckchen gut miteinander zu verbinden. Die ſo fertiggemachten Krapfen legt man auf ein mit Mehl beſtäubtes Tuch, deckt ſie zu und läßt gut aufgehen, worauf man ſie mit der oberen Seite zuerſt in das heiße Schmalz legt und bäckt. Nach dem Backen werden ſie ſofort mit Zucker beſtreut.

Oſterkranz.

1 Kilo Mehl erwärmen, von ¾ Liter Milch ſo viel wegnehmen, als zum Dämpfel nötig iſt. Damit die Hefe auflöſen und ein Dämpfel machen. Weinbeeren waſchen, abtrocknen, 3 Eier in die Milch verquirlen, wenn das Dämpfel gegangen, 200 Gramm Zucker, Zitronenſchale, Salz, 100 Gramm erweichtes Schmalz daruntergeben und davon einen kleinen Teig abſchlagen. Iſt er genügend aufgegangen, auf ein erwärmtes, bemehltes Nudelbrett in 3 Teile teilen, alle gleich lang rollen, einen gleichmäßigen Zopf flechten, auf ein rundes Brett legen und gehen laſſen, mit Eigelb beſtreichen und bei guter Hitze backen.

Gefüllter Nußkranz. ½ Kilo Mehl, ¼ Liter Milch, 35 Gramm Hefe, 125 Gr. Butter, 3 Eier, 1 Eigelb, 60 Gramm Zucker, Zitronenſchale. Zur Fülle: 15 Gr. Nüſſe, 100 Gramm Zucker, 4 Eßlöffel Rahm, 1 Vanillin, 50 Gramm Mandeln, Orangeat und Zitronat. Zur Glaſur: 100 Gramm Zucker, 4 Eßlöffel Waſſer.

Oſterbrot.

Ein Dämpfel mit ⅛ Liter Milch, Preßhefe und 1 Liter Mehl herrichten, inzwiſchen 30 Gramm Mandeln ſchneiden und ſtoßen, 3 Eier, 50 Gramm Zucker, Zitronenſchale und die Mandeln und das verarbeiten mit Zugabe von ¼ Kilo weichgemachter Butter, bis große Blaſen entſtehen. Den Teig in runde Kuchenform füllen, mit Ei beſtreichen, kleine Stückchen Butter und grobgehackte Mandeln darunter ſtreuen und backen.

Palmbrezel.

Vom Hefeteig große Brezen formen, mit Eigelb beſtreichen, mit gehackten Mandeln beſtreuen und bei guter Hitze backen.

Ulmer Brot.

750 Gramm Mehl erwärmen, davon ½ Kilo mit ½ Liter Milch und für 5 Pfg. Hefe verrühren und einen glatten Teig ſchlagen. 2 bis 3 Eßlöffel Anisbutter, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm Butter, ¾ Schale 1 Zitrone abreiben oder Zitronat und Orangeat klein ſchneiden, 1 Gläschen Kirſchwaſſer oder Kleinigkeit Roſenwaſſer, letzteres kann wegbleiben. Auf den Teig 1 Stückchen Butter und zugedeckt an die Wärme ſtellen. Iſt der Teig gegangen, dann mit den Zutaten ſo verarbeiten, daß er nicht klebt, damit die Aniskörner nicht herausfallen. Den Teig halbieren, kleine Laibchen formen, flach drücken, nochmal zuſammenklappen, auf ein beſtrichenes Backblech reihen, bedeckt die Brote 1 Stunde und läßt ſie aufgehen, der Länge nach tiefen Schnitt ziehen, mit Ausnahme des Einſchnittes die beiden Seiten mit Zuckerwaſſer beſtreichen und bei mittlerer Hitze hellgelb backen.

Aniswecken.

Sternanis mit kochendem Waſſer abbrühen, abgießen, davon ¼ Liter lauwarm mit ½ Kilo Mehl, um 5 Pfg. Hefe, 125 Gramm Zucker verarbeiten und lange gehen laſſen. Nach dem Gehen einen Wecken formen und bei guter Hitze backen. Dieſes Kaffeebrot kann durch Eier und Butter verfeinert werden.

Bienenſtich. 375 Gramm Mehl, 1 Teelöffel Salz, 50 bis 80 Gramm Zucker, 80 bis 100 Gramm Butter, 10 Eßlöffel Milch, 15 Gramm Hefe, 1 Ei. Zum Streuſel: 100 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 80 Gramm Mandeln. Zur Creme: 3 Eigelb, 80 Gramm Zucker, 2 Teelöffel Stärkemehl, ¼ Liter Milch, Vanillin, 100 Gramm Butter.

Mit den angegebenen Zutaten einen abgerührten Hefeteig nach Vorſchrift herſtellen, 1 Stunde gehen laſſen, in eine vorbereitete Tortenform (24 Zentimeter Durchmeſſer) füllen und nochmals ½ Stunde gehen laſſen. Inzwiſchen die Butter zum Streuſel erhitzen, den Zucker 3 bis 4 Minuten darin röſten, die geſchälten, geriebenen Mandeln 3 bis 4 Minuten mitröſten und die etwas abgekühlte Maſſe auf den Hefeteig ſtreichen. Der Kuchen wird nun in mittlerer Hitze etwa ¾ Stunden gebacken.

Nach dem Erkalten wird er quer in der Mitte durchgeſchnitten und mit der Creme gefüllt. Zu dieſer rührt man Zucker und Eigelb ſchaumig, gibt Stärkemehl, Milch und 1 aufgeſchnittene Vanilleſchote oder Vanillin dazu und ſchlägt die Maſſe, bis ſie anfängt zu kochen. Dann nimmt man ſie vom Feuer, ſchlägt ſie kalt und mengt die inzwiſchen ſchaumig gerührte Butter darunter. Die Creme wird nun eingefüllt.

Bienenſtich, andere Art. ½ Kilo Mehl, ¼ Liter Milch, 25 Gramm Hefe, 2 Eier, 170 Gramm Fett, 70 Gramm Zucker, Zitronenſchale, Priſe Salz. Zum Guß: ¼ Kilo Tafelbutter, ¼ Kilo Zucker, 125 Gramm geſchälte Mandeln, 15 Gr. bittere Mandeln, 3 Eßlöffel Roſenwaſſer, 1 Päckchen Vanillinzucker.

Hefeteig herſtellen, auswellen, einſtechen, gehen laſſen, mit Guß beſtreichen, ¾ Stunden bei mittlerer Hitze backen. Nach dem Erkalten mit Vanillecreme füllen.

Haſelnußkranz. ½ Kilo Mehl, 1 Teelöffel Salz, 80 Gramm Zucker, 1/5 Liter Milch, 1 bis 2 Eier, 100 Gramm Butter, 30 bis 40 Gramm Hefe. Zur Fülle: 125 bis 150 Gramm Haſelnüſſe, 125 Gramm Zucker, Vanille (Kakao), (Eiweiß), 6 Eßlöffel ſüßer Rahm. Zur Glaſur: 100 Gramm Zucker, 1/16 Liter Waſſer.

Das Mehl mit den übrigen Zutaten zu einem Hefeteig nach Vorſchrift verarbeiten und gehen laſſen. Nach dem Gehen auf einem erwärmten Backbrett 20 Zentimeter breit und 60 Zentimeter lang auswellen, mit der Fülle beſtreichen und den Teig zuſammenrollen. Zur Fülle mengt man die Haſelnüſſe und den gewürzten Zucker unter den Rahm. Nach Belieben kann man etwas Kakao und ein geſchlagenes Eiweiß zufügen. Dann die Rolle ſo in die Kranzform legen, daß das Teigende nach oben ſchaut. Nochmals 30 Minuten gehen laſſen und in mäßiger Hitze 1 Stunde backen. Nach dem Stürzen mit einer gekochten Zuckerglaſur überziehen, ſo lange der Kranz noch heiß iſt. Man kann ſtatt Haſelnüſſen Mandeln nehmen und den Kranz noch feiner aus Hefeblätterteig herſtellen. (Siehe dieſen.)

Nußkranz aus Hefeblätterteig. ½ Kilo Hefeteig, 375 Gramm Tafelbutter.

Hefeteig nach dem Gehen abkühlen laſſen, Butter einwellen wie beim gewöhnlichen Blätterteig.

Fülle: 125 Gramm Zucker mit 1/8 Liter Waſſer kochen, vom Feuer nehmen, 200 Gramm geriebene Haſelnüſſe, 2 bis 3 Eßlöffel Rahm, 50 Gramm gewiegtes Zitronat und 1 Priſe Zimt zugeben.

Den fertigen Hefeblätterteig zu einem Viereck ausrollen, mit Fülle beſtreichen, zuſammenrollen, in vorbereitete Kranzform geben, gehen laſſen, ¾ bis 1 Stunde backen, ſtürzen, noch heiß mit Zuckerglaſur überziehen, nochmals in den Ofen ſchieben, bis die Glaſur ſpringt.

Zwiebelkuchen. ½ Kilo Zwiebeln, 125 Gramm Speck, 3 Eier, 1/5 Liter ſauren Rahm, 1 Teelöfel Salz, 40 Gramm Semmelmehl; 1 Eigelb zum Beſtreichen.

Eine Tortenform mit einem feinen Hefeteig belegen, Rand rädeln oder auszacken, gehen laſſen. Zur Fülle den Speck in ¾ Zentimeter große Würfel ſchneiden, mit 1/8 Liter Waſſer aufs Feuer ſtellen und nach dem Einkochen des Waſſers die Würfel knuſperig braten und aus dem Fett nehmen. In dieſem die in ſchmale Streifen geſchnittenen Zwiebeln weichdämpfen (¼ Stunde). Nach dem Erkalten der Zwiebeln Eier, Salz, Rahm und Speckwürfel unter die Zwiebeln mengen, mit Semmelmehl beſtreuen und die Fülle daraufgeben.

Zwiebelkuchen, andere Art. Boden von Blätterteig von 100 Gramm Mehl. Zur Fülle: 5 trockene Semmeln, ¼ Liter Milch, 125 Gramm Speck, 625 Gramm Zwiebeln, 4 bis 5 Eier, 2 Teelöffel Salz; Eigelb zum Beſtreichen.

Den Blätterteigboden leicht anbacken. Die Semmeln in Milch einweichen, ausdrücken, verzupfen, den in kleine Würfel geſchnittenen Speck gelb anbraten, herausnehmen und in dem Fett die länglich geſchnittenen Zwiebeln dämpfen. Alle Füllzutaten, außer den Speckwürfeln, gut vermiſchen und die Fülle aufſtreichen. Die Speckwürfel darüber ſtreuen und den Kuchen in guter Hitze ¾ Stunden backen. Er ſoll heiß aufgetragen werden.

Hefeblätterteig. Zum Vorteig: ½ Kilo Mehl, 1 Priſe Salz, ¼ bis ⅜ Liter Milch, 50 Gramm Hefe, 60 Gramm Zucker, 50 Gramm Butter, 1 Ei. Zum Einarbeiten: 375 Gramm Tafelbutter.

Zum Vorteig aus genannten Zutaten einfachen Hefeteig bereiten, gut abſchlagen, 20 Minuten ruhen laſſen (nicht warm ſtellen). Auf bemehltem Nudelbrett ¼ Zentimeter dickes Rechteck ausrollen, die auf Eis gelegte Butter zum Rechteck drücken und in die Mitte des ausgerollten Teiges legen. Teig von den vier Ecken aus nach der Mitte hin zuſammenſchlagen, wenden und raſch zum Rechteck ausrollen, bis zur Mitte hin einſchlagen, die zweite Hälfte darüber ſchlagen; die Butter iſt nun eingearbeitet, der Teig kommt ½ Stunde auf Eis. Zur erſten Tour den Teig ſo ſchlagen, daß die eingeſchlagenen Seiten nach außen zu liegen kommen. Teig genau wieder ſo auswellen und einſchlagen wie beim Einarbeiten der Butter. Das Verfahren wiederholen; man bezeichnet ein zweimaliges Aus- und Einſchlagen als eine Tour. Nach der erſten Tour Teig wieder ½ Stunde auf Eis legen; anſchließend an die erſte Tour erfolgt die zweite und dritte Tour. Zwiſchen den einzelnen Touren wieder den Teig auf Eis geben.

Hefeblätterteig wird verwendet zur Herſtellung von Kaffeegebäck, Äpfeln im Schlafrock, Nußkranz, Strudel uſw.

Kleingebäck aus Hefeblätterteig. Zur Fertigſtellung: ½ Kilo Aprikoſenmarmelade. Zur Glaſur: ¼ Kilo geſiebten Puderzucker, 1 Eßlöffel Arrak, 1 Eßlöffel Zitronenſaft, 1 Eßlöffel heißes Waſſer oder einmal Rezept Nußfülle (ſiehe abgerührter Hefeteig, Schneckennudeln).

Hefeblätterteig bereiten (nicht gehen laſſen), meſſerrückendick auswellen, davon Kleingebäck herſtellen (Windräder, Hörnchen, Brezeln), füllen mit Marmelade, auf vorbereitetes Backblech ſetzen (Backblech mit kaltem Waſſer ablaufen laſſen), Gebäck bei ſehr guter Hitze 10 Minuten backen. Mit weißer Glaſur überziehen.

Äpfel im Schlafrock. ½ Rezept Hefeblätterteig. Zur Fertigſtellung: 10 kleine mürbe Äpfel, 40 Gramm Weinbeeren, 100 Gramm Zucker. Zum Beſtreichen: 1 Ei.

Hefeblätterteig herſtellen, Vierecke ausradeln, die Äpfel ſchälen, Kernhaus ausſtechen (Äpfel in Zuckerwaſſer oder Wein und Zucker vorſichtig halbweich kochen), mit Weinbeeren und etwas Zucker füllen, in die Mitte der Vierecke geben, Teig darüber ſchlagen, mit Eiweiß feſtkleben, mit Eigelb beſtreichen, bei guter Hitze 10 bis 12 Minuten backen.

Richtig gemischter Biskuit-Teig. Rührmasse wird **dem Schnee** beigegeben

Mürbeteig

Einfacher Mürbeteig. 200 Gramm Mehl, 150 Gramm Butter, 75 Gramm Zucker, 2 Eier, 3 bis 4 Eßlöffel kalte Milch.

Mehl und Zucker miſchen, Butter in Stückchen ſchneiden, mit Mehl abbröſeln, Ei zugeben, Teig raſch zuſammenarbeiten, ½ Stunde kalt ruhen laſſen.

Einfacher Mürbeteig findet Verwendung zur Herſtellung von Teegebäck, Butterbrezeln uſw. Regel: Mürbeteig iſt ſtets raſch und kalt zu bearbeiten.

Feines Teegebäck. Rezept Mürbeteig. Zum Guß: 2 Eiweiß, 90 Gramm Zucker, 1 Meſſerſpitze Vanillezucker.

Einfachen Mürbeteig herſtellen, ruhen laſſen, dünn auswellen, Rechtecke oder Rauten abſchneiden, mit Guß überziehen, bei Mittelhitze 10 Minuten hell backen. Zum Guß: Eiweiß zu Schnee ſchlagen, genannte Zutaten einſchlagen.

Butterbrezeln. Einfacher Mürbeteig. Zum Beſtreichen: 1 Eigelb.

Teig herſtellen, ruhen laſſen, Teigrolle formen, Brezeln drehen, Gebäck auf bemehltes Backblech ſetzen, mit verrührtem Eigelb beſtreichen, bei guter Hitze 10 Minuten backen (goldgelb). Nach Belieben das erkaltete Gebäck mit weißer Glaſur oder Schokoladenglaſur überziehen, oder das mit Eigelb beſtrichene Gebäck mit geſchälten geriebenen Mandeln beſtreuen; bei guter Hitze 10 Minuten backen.

Feiner Mürbeteig. ¼ Kilo Mehl, 125 Gramm Butter, 125 Gramm Zucker, 1 kleines Ei.

Die Zubereitung erfolgt wie beim einfachen Butterteig.

Feiner Mürbeteig findet Verwendung bei Herſtellung von Obſtkuchen, Nelſonſchnitten, Leopoldſchnitten, Kleingebäck, Mailänderli uſw.

Käſekuchen mit Mürbeteig. ¼ Kilo Mehl, ½ Kilo ſüßen Topfen (Quark), 90 Gramm Mehl, 125 Gramm Zucker, 3 bis 4 Eier, ⅛ Liter Milch, 80 bis 120 Gramm Butter.

Eine Tortenform mit Mürbeteig belegen, mit einer Gabel ſtechen und leicht anbacken. Den Käſe durchtreiben und mit Eigelb, Zucker und Mehl ½ Stunde rühren. Dann die Milch, die zerlaſſene Butter und den ſteifen Eiſchnee darunter mengen, die Maſſe auf den Teigboden ſtreichen und bei mittlerer Hitze ¾ bis 1 Stunde backen. Man kann auch einen Hefeteig als Boden nehmen, ebenſo Blätter- oder Hefeteig. Die Käſemaſſe kann man feiner machen, wenn man 6 Eier nimmt und mit Zitrone würzt, die Milch dann wegläßt und ſtatt Mehl Stärkemehl verwendet. Stets muß der Käſe durch ein Haarſieb paſſiert werden und darf nicht zu trocken oder alt ſein.

Kloſterkuchen.

1½ Kilo Äpfel ſchälen, entkernen und in Scheiben ſchneiden. Die Scheiben in eine Kaſſerolle geben, mit dem Saft 1 Zitrone übergießen und 3 Eßlöffel Zucker und 2 Eßlöffel gewaſchene Roſinen und 1 Eßlöffel gehackte Orangenſchale zugeben. Die Apfelſcheiben weichdünſten und erkalten laſſen.

Aus 250 Gramm geriebenem Topfen, 250 Gramm Butter, 250 Gramm Mehl und ein wenig Salz auf dem Brett einen Teig machen, meſſerrückendick auswalken und 3 Eßlöffel geſchälte gehackte Mandeln mit der Apfelfülle vermiſcht in den Teig geben. Den Teig zuſammenſchlagen und den Kuchen bei mäßiger Hitze ½ Stunde auf dem Bleck backen. Nach dem Backen in Stücke ſchneiden und überzuckert ſervieren.

Iſchler Gebäck. 140 Gramm Zucker, 250 Gramm Butter, 350 Gramm Mehl, Marmelade zum Füllen, feingeſtiftelte Mandeln zum Garnieren, Eigelb zum Beſtreichen.

Aus Mehl, Butter und Zucker wird raſch ein Mürbeteig verknetet, dann wird der Teig fingerdick ausgewalkt, immer zwei gleichgroße Plätzchen ausgeſtochen, ein Plätzchen davon wird in der Mitte nochmals ausgeſtochen. Das ausgeſtochene Plätzchen mit Eigelb beſtreichen und mit den geſtiftelten Mandeln belegen. Dann backen laſſen, nach dem Backen beſtreicht man das ganze Plätzchen mit Marmelade und ſetzt das mit Mandeln verzierte darauf. Das Gebäck wird noch mit Puderzucker beſiebt.

Mailänderli. Feiner Mürbeteig. Zur Fertigſtellung: 60 Gramm geſchälte geriebene Mandeln, etwas geriebene Zitronenſchale.

Butterteig herſtellen, ½ Stunde kalt ruhen laſſen, dünn auswellen, Kleingebäck ausſtechen, bei Mittelhitze 10 Minuten backen.

Karlsbader Brezeln.

Von 330 Gramm Mehl, 140 Gramm Butter, 1 Päckchen Backpulver, 1/8 Liter Rahm und etwas Salz wird ein Teig gemacht, wovon dünne Brezeln geformt werden, welche man beim Backen öfters mit Butter beſtreicht.

Hilda-Törtchen. 250 Gramm Mehl, 100 Gramm Zucker, 200 Gramm Butter, 2 rohe Eigelb, 2 hartgekochte Eigelb (durch ein Sieb geben). Zum Beſtreuen: Marmelade, Zucker.

Mürbeteig bereiten, ½ Stunde kalt ruhen laſſen, Plätzchen ausſtechen (am beſten mit gezackten Ausſtechern in zwei oder drei Größen). Gebäck auf bemehltes Backblech ſetzen und bei Mittelhitze 10 Minuten hell backen; mit Marmelade beſtreichen, 2 oder 3 Plätzchen aufeinander ſetzen, das obere immer kleiner wie das untere, und mit Puderzucker beſieben.

Brioſch.

150 Gramm Butter, 70 Gramm Zucker, etwas Salz, 2 Eier rührt man gut ab; gibt nach und nach 3/10 bis 4/10 Liter Milch, etwas Rum oder Zitronenſchale und 560 Gramm Mehl dazu. Wenn dieſes gut verarbeitet iſt, noch 1 Backpulver dazu und dann gut abkneten, bis der Teig ganz glatt iſt. Mit der Hand kleine Streifen rollen und drei- oder vierteilig zuſammenflechten, die Enden nach unten biegen, ſo daß ſie auf das Backblech kommen; beſtreicht mit Ei und bäckt ſie gut aus.

Madeleines. 4 Eier, 125 Gramm Zucker, 100 Gramm Mehl, etwas Zitronenſaft, 60 Gramm zerlaſſene Butter.

Eier und Zucker über Dampf zu einer ſteifen Maſſe ſchlagen, vorſichtig wenig Zitronenſaft, Mehl und die zerlaſſene, nicht heiße Butter darunter mengen und in gut gebutterte Madeleine-Förmchen füllen. In mittlerer Hitze ſofort backen. Wenn ſie hellgelb ſind, im offenen Backofen aus den Förmchen holen, da ſonſt im Förmchen eine dünne Schicht zurückbleibt. Backzeit 40 bis 50 Minuten. Stückzahl: 24.

Poires à la Madeleine.

Kleine Törtchenformen mit einem Mürbeteig auslegen und blind backen, gekochte halbe Birnen einlegen und mit einer Schokoladenkreme bedecken.

Brandteig. 1/8 Liter Waſſer oder Milch, 40 Gramm Butter, 2 Teelöffel Zucker, 60 Gramm Mehl, 2 Eigelb, 2 Eiweiß.

Waſſer, Zucker, Butter zum Kochen aufſtellen, in die kochende Flüſſigkeit Mehl auf einmal zugeben, Maſſe am Herdrand zum Kloß abrühren, bis alle Flüſſigkeit aufgeſogen iſt und die Maſſe ſich vom Topf löſt, an die noch heiße Maſſe zuerſt Eigelb und dann Eiweiß geben.

Brandteig wird verwendet zur Herſtellung von Windbeuteln, Strauben uſw.

Mohrenköpfe. 3 Eier getrennt, 70 Gramm Zucker, 35 Gramm Reismehl, 35 Gr. Weizenmehl.

Eidotter und Zucker ſchaumig ſchlagen, das geſiebte Mehl daruntergeben, zuletzt den ſteifen Schnee; gut gefettete Formen halbvoll füllen und bei ſchwacher Mittelhitze hellgelb backen. Nach dem Auskühlen halbieren, mit Schokoladenguß überziehen und mit Schlagrahm füllen.

Windbeutel. Brandteig.

Von der Maſſe kleine Häufchen auf ein bebuttertes und bemehltes Backblech ſetzen, bei Mittelhitze 30 Minuten goldgelb backen. Erkaltet aufſchneiden, mit ſteif geſchlagenem geſüßtem Rahm füllen. (¼ Liter Rahm.)

Strauben. ¼ Liter Milch, ¼ Liter Waſſer, 50 Gramm Butter, 5 Eier, 300 Gr. Mehl knapp, 4 Eßlöffel Zucker, ½ Backpulver oder 1 Meſſerſpitze Hirſchhornſalz.

Zuerſt wie bei Windbeuteln, dann aber ganze Eier an die heiße Maſſe geben, zuletzt Backpulver oder Hirſchhornſalz. Maſſe in Straubenſpritze füllen, auf gefettetes Papier Formen ſpritzen, in heißem Schmalz 10 Minuten ausbacken, kalt mit Puderzucker beſtreuen.

Biskuitteig. 6 Eier, 150 Gramm Zucker, 75 Gramm Weizenpuder, 75 Gramm Weizenmehl, etwas Zitronenſchale (gerieben).

Eigelb und die Hälfte des Zuckers ſchaumig rühren, Eiweiß zu Schnee ſchlagen, Reſt des Zuckers einſchlagen, die Eiweißmaſſe auf die Eigelbmaſſe geben, Weizenpuder und Mehl darauf ſieben und leicht untereinander heben.

Biskuitteig wird verwendet zur Herſtellung von: Biskuitroulade, Punſchſchnitten, Igel.

Biskuitroulade. Biskuitteig. Zur Fülle: ¼ Kilo Aprikoſenmarmelade.

Biskuitteig herſtellen, denſelben auf ein mit ſehr gut gebuttertem Papier belegtes Blech aufſtreichen, etwa ½ Zentimeter dick, bei mittelſtarker Hitze 10 Minuten goldgelb backen. Nach dem Backen Roulade ſofort auf ein mit Zucker beſtreutes Brett ſtürzen, mit Marmelade beſtreichen, ſofort zuſammenrollen. Roulade nach dem Auskühlen glaſieren und verzieren.

Punſch-Schnitten. 120 Gramm Mehl, 100 Gramm Zucker, 5 Eier, 50 Gramm Butter. Zur Glaſur: ¼ Kilo Puderzucker, 100 Gramm Würfelzucker mit ⅛ Liter Waſſer gekocht, etwas Rum und Zitronenſaft. Zur Fülle: Marmelade (Aprikoſenmarmelade). Zum Garnieren: Kandierte Früchte.

Die 5 Eigelb mit 50 Gramm Zucker dickſchaumig rühren, die 5 Eiweiß zu ſehr ſteifem Schnee ſchlagen, den reſtlichen Zucker einſchlagen, die Eiweißmaſſe auf die Eigelbmaſſe geben, das Mehl daraufſieben und alles leicht durcheinander mengen. Dann ganz vorſichtig die abgekühlte zerlaſſene Butter einmiſchen. Die fertige Biskuitmaſſe auf ein ſehr gut gebuttertes Papier aufſtreichen und langſam 10 bis 20 Minuten backen, erkalten laſſen. Nach dem Erkalten in gleichmäßige Schnitte teilen, mit Marmelade zuſammenſetzen, mit Arrakglaſur überziehen. Wenn Glaſur etwa angetrocknet, mit den kandierten Früchten garnieren.

Igel. 25 Löffelbiskuits. Zur Creme: ¼ Kilo Butter, 200 Gramm Puderzucker, 6 Eigelb, 4 Eßlöffel Kaffee-Extrakt (50 Gramm Bohnenkaffee und knapp ⅛ Liter Waſſer.)

Die Löffelbiskuits in der Form eines Igels auf einer Platte aufbauen, lagenweiſe die einzelnen Biskuits mit ſtarkem Kaffee-Extrakt tränken, mit Creme beſtreichen, den aufgebauten Igel mit Creme überziehen, mit geröſteten Mandelſtiften ſpicken, und mit etwas Schokoladepulver beſieben.

Creme: Butter ſchaumig rühren und die übrigen Zutaten untermiſchen.

Blätterteig (ſüß). ¼ Kilo Mehl, 1 Ei, 1 Priſe Salz, ⅛ Liter Waſſer oder Apfelwein, 1 Teelöffel Zucker. Zum Einarbeiten: ¼ Kilo Butter.

Die Butter wird vor dem Verarbeiten auf Eis geſtellt. Man gibt das Mehl auf ein Brett, macht in die Mitte eine Vertiefung, gibt das Ei hinein, ſtreut Salz und Zucker dazu und rührt die Maſſe mit Waſſer oder Wein an. Dann wird der Teig ſehr gut abgeknetet, ungefähr 20 bis 25 Minuten. Der fertige Teig wird dann ebenfalls auf Eis geſtellt. Der vollkommen erkaltete Teig wird zu einem Rechteck ausgewalkt. Die Butter wird in 5 bis 6 Scheiben geſchnitten und zwar mit einem bemehlten Meſſer. Man legt die Butterſcheiben auf die eine Hälfte des Rechtecks, ſchlägt die andere Hälfte darüber und walkt zu einem Streifen von ungefähr 20 bis 30 Zentimeter Länge und 10 Zentimeter Breite aus. Dieſer Streifen wird dann zweimal zuſammengeſchlagen und entgegengeſetzt wieder ausgewalkt. Man wiederholt dieſe Tour drei- bis viermal und ſtellt zwiſchen jeder Tour den Blätterteig wieder auf Eis. Der Teig bekommt im ganzen ſechs einfache oder drei doppelte Touren.

Der Blätterteig findet Verwendung zur Herſtellung von Paſtetchen, Rahmrollen, Cremeſchnitten, Teeblättern uſw.

Cremeſchnitten. Zum Vorteig: ¼ Kilo Mehl, 1 Ei, 1 Priſe Salz, 1 Teelöffel Zucker, ⅛ Liter Waſſer oder Apfelwein. Zum Einarbeiten: ¼ Kilo Butter. Zur Creme: ½ Liter Milch, 80 Gramm Zucker, 5 Eigelb, 20 Gramm Mondamin, 8 Blatt weiße Gelatine, ¼ Stange Vanille, 5 ſehr ſteife Eiſchnee.

Blätterteig herſtellen, 10 Zentimeter dick auswellen, aus dem Teig gleichmäßige Vierecke ſtechen. Dieſe legt man auf ein mit Waſſer beſtrichenes Blech, beſtreicht ſie vor dem Backen mit Eigelb und läßt ſie bei ſehr ſtarker Hitze 10 bis 20 Minuten backen. Nach dem Backen werden dieſe vom Blech genommen und ausgekühlt. Hierauf werden immer gleich große Schnitten mit Creme zuſammengeſetzt.

Creme. Milch, Zucker und ausgeſchabte Vanille zum Kochen aufſtellen. Eigelb und Mondamin glatt anrühren, in die kochende Milch unter Schlagen einlaufen laſſen, die Creme 5 Minuten kochen und an die noch heiße Creme die gewäſſerte und ſehr gut ausgetrocknete Gelatine geben. Creme kalt rühren. Wenn ſie anfängt, dick zu werden, den ſehr ſteifen Schnee darunterziehen. Die Maſſe in eine mit Waſſer ausgeſpülte Form geben, darin erkalten laſſen. Nach dem Erkalten ſtürzen. Die geſtürzte Creme in dicke Scheiben ſchneiden, die einzelnen Scheiben zwiſchen zwei Blätterteigſchnitten geben, die fertigen Schnitten mit Puderzucker beſieben.

Teeblätter. Blätterteig. (Man verwendet hierzu nur die Reſte des Teiges.)

Reſte des Blätterteiges werden verknetet und ſehr dick ausgewellt (3 Zentimeter); davon kleine runde Formen ausſtechen und auf grobem Zucker zur Form des Teeblattes auswellen. Teeblätter auf ein mit Waſſer beſtrichenes Blech legen, mit Eigelb beſtreichen und bei Mittelhitze 5 bis 8 Minuten goldgelb backen.

Rahmrollen. Blätterteig. Zur Fertigſtellung: ½ bis ¾ Liter Schlagrahm.

Blätterteig herſtellen, zu einem Viereck auswellen, davon ungefähr 2 Zentimeter breite und 10 bis 15 Zentimeter lange Streifen ausradeln; die Rollenform mit Butter beſtreichen und mit feingeſiebten Semmelbröſeln überſtreuen. Teigſtreifen um die vorbereitete Form und nochmals auf Eis legen. Dieſe dann nochmals auf ein mit Waſſer beſtrichenes Blech geben, nochmals mit Eigelb beſtreichen und bei ſtarker Hitze 10 Minuten goldgelb backen. Hierauf läßt man die einzelnen Formen etwas auskühlen, nimmt ſie vom Blech und füllt ſie, wenn vollkommen erkaltet, mit geſüßtem Schlagrahm und beſtreut die Formen mit Puderzucker.

Regeln für Blätterteigbereitung.

Der fertige Blätterteig wird ſehr dick ausgewalkt, ungefähr ½ bis 2 Zentimeter dick. Die Teigreſte werden nie zuſammengeknetet und wieder verarbeitet, ſondern nur übereinander gelegt und gleich wieder ausgewalkt. Vor dem Backen muß das Gebäck nochmals kaltgeſtellt werden. Das Backblech wird ſtets mit kaltem Waſſer vorbereitet, das Gebäck ſelbſt vor dem Backen mit Eigelb beſtrichen. Blätterteig wird immer bei ſehr großer Hitze gebacken. Das Gebäck nach dem Backen gut auskühlen laſſen.

Backpulverteig.

Regel: Backpulverteige müſſen ſofort, jedoch in nicht zu heißem Ofen gebacken werden. Das Rohr darf während des Backens vor 35 Minuten nicht geöffnet werden. Warme Backpulverteige dürfen keinem Temperaturwechſel ausgeſetzt werden.

Geſundheitskuchen. 100 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 4 Eier, ⅛ Liter Milch, ¼ Kilo Mehl, ½ Päckchen Backpulver.

Butter ſchaumig rühren, die verſchlagenen Eier und Zucker abwechſelnd zugeben, dann Mehl, Milch und zuletzt das geſiebte Backpulver, Teig in gebutterte und bebröſelte Gugelhupfform geben und bei Mittelhitze 1 Stunde backen.

Einfacher Kaſtenkuchen. 80 bis 100 Gramm friſche Butter, 100 Gramm Zucker, etwas geriebene Zitronenſchale, 2 Eigelb, 2 Eiſchnee. ¼ Kilo Mehl, 1/16 Liter kalte Milch, 1 Päckchen Backpulver, Butter und Semmelbröſel zur Form.

Butter, Zucker und Eigelb ¼ Stunde ſchaumig rühren, Zitronenſchale hinzugeben, dann abwechſlungsweiſe das Mehl und die Milch, mit dem letzten Reſt des Mehles das Backpulver, zuletzt den ſteifen Eiſchnee. Die Maſſe in eine vorbereitete (gebutterte und bebröſelte) Kaſtenform einfüllen und bei mittelſtarker Hitze 25 bis 30 Minuten goldgelb backen. Hierauf den Kuchen etwas auskühlen laſſen und ſtürzen. Nach Belieben mit etwas heißem Wein tränken und mit dicker Weinſchaumſoße übergießen. Man läßt den Kuchen etwas durchziehen und richtet ihn dann an. Die Speiſe kann garniert werden mit eingemachten Früchten und fein gewiegtem Orangeat.

Engliſcher Kuchen. 300 Gramm Butter, 4 Eier, 250 Gramm Zucker, 375 Gramm Mehl, 250 Gramm Korinthen, 125 Gramm Mandeln, 100 Gramm Zitronat, 100 Gramm Orangeat, Zitronenſchale, Zimt, Nelken, 1 Gläschen Sherry, Backpulver.

Die Butter wird geſchmolzen, dann mit Zucker, Mehl, Eidotter ſchaumig gerührt, mit den Korinthen, gewiegten Mandeln, kleingeſchnittenem Orangeat und Zitronat, ſowie Zimt, Nelken, Zitronenſchale, Backpulver und Sherry vermengt, in einer gut gebutterten Kaſtenform langſam gebacken. Dieſer Kuchen hält ſich wochenlang friſch.

Schmalhanskuchen. (Sehr billig.)

200 Gramm Mehl, 150 Gramm Zucker, 50 Gramm Butter, 1 Dotter und 1 Schnee, 1 Eßlöffel Kakao mit ⅛ Liter Milch anrühren, ½ Päckchen Backpulver dazugeben, in gut gefetteter Form backen; kann gefüllt werden.

Butterſtengel. 150 Gramm Mehl, 45 Gramm Zucker, 25 Gramm Butter, 1 Ei, 2 Meſſerſpitzen Backpulver.

Butter ſchaumig rühren, Ei und Zucker darangeben und gut untermiſchen, hierauf Mehl und Backpulver. Teig gut verarbeiten und 1 Stunde ruhen laſſen, dünn auswellen, fingerlange und fingerbreite Stücke ſchneiden, mit verklopftem Eiweiß beſtreichen, mit Zucker und Zimt beſtreuen und auf leicht gefettetem Blech 10 Minuten goldgelb backen.

Krachkuchen. 200 Gramm Mehl, 70 Gramm Butter, 1 Ei, etwas geriebene Zitronenſchale, 60 Gramm Zucker, ½ Backpulver, wenn nötig 2 bis 3 Eßlöffel kalte Milch.

Butter, Zucker und Ei ſchaumig rühren, abwechſlungsweiſe das Mehl und die Milch dazugeben, zuletzt das Backpulver. Die Maſſe raſch abkneten und auf einem gebutterten und bemehlten Blech ſehr dünn auswellen, den Teig mit Eiweiß beſtreichen, mit Zucker, Zimt und fein gehackten Mandeln oder Nüſſen beſtreuen, bei mittelſtarker Hitze 20 Minuten backen. Noch warm in beliebig große Streifen ſchneiden. Man verwendet ihn zur Süßſpeiſe oder auch als Teegebäck.

Marmorkuchen. 200 Gramm Butter, 200 Gramm Zucker, 6 Eigelb, ⅛ Liter Milch, ½ Kilo Mehl, 1 Backpulver, 6 Eiſchnee, 80 Gramm Schokolade.

Butter, Zucker und Eigelb ſchaumig rühren, Milch und Mehl abwechſlungsweiſe zugeben, zuletzt das Backpulver, Eiſchnee unterheben, Maſſe teilen, in die eine Hälfte Schokolade untermiſchen, in gebutterte und bebröſelte Form (Gugelhupf-Form) füllen, und zwar lagenweiſe oder löffelweiſe abwechſelnd braunen und weißen Teig, bei Mittelhitze ½ Stunde backen.

Geſundheitskuchen II. 100 Gramm Butter, 170 Gramm Zucker, 2 Eigelb, ¼ Liter Milch, die abgeriebene Schale 1 Zitrone, 400 Gramm Mehl, 1 Backpulver, 2 Eiſchnee.

Butter ſchaumig rühren, Zucker und Eigelb langſam zugeben, dann Milch und Zitronenſchale, Mehl und Backpulver, zuletzt den ſteifen Eiſchnee, bei mäßiger Hitze ¾ bis 1 Stunde backen.

Feiner Apfelkuchen mit Mandelguß.

Tags zuvor: Sehr gute Äpfel in gleichmäßig dicke Schnitze ſchneiden, in Zucker und ganz wenig Wein andämpfen und in einem zugedeckten Porzellangefäß mit einem Gläschen Likör bis zum anderen Tag durchziehen laſſen. ¼ Kilo Mandeln abziehen, fein wiegen oder fein reiben.

200 Gramm weichgemachte Butter, 150 Gramm Zucker, 5 Eigelb und die abgeriebene Schale 1 Zitrone, ſchaumig rühren, ¼ Päckchen Backpulver mit ¼ Kilo Mehl dazumengen, den Teig in eine gutgebröſelte Springform gießen und die Äpfelſchnitze darauf geben. Zum Schnee von 5 Eiweiß ¼ Kilo Puderzucker und die Mandeln geben, den Guß auf die Äpfel ſtreichen und 1 Stunde in mittlerer Hitze backen.

Einfacher gerührter Apfelkuchen.

1 Ei mit 60 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker ſchaumig rühren, 20 Gramm Backpulver mit 300 Gramm Mehl vermengen, abwechſelnd mit dem Mehl ſo viel Milch darunterrühren, daß es einen dickflüſſigen Teig gibt. Statt Milch kann auch geſtockte Milch oder Rahm verwendet werden.

Rhabarberkuchen mit Rahmguß. 25 bis 30 Rhabarberſtengel, 125 Gramm Zucker, 3/10 Liter ſauren Rahm, 2 Eier, etwas Zitronenſchale, Kuchenteig von 200 bis 300 Gramm Mehl.

Den Rhabarber ſorgfältig ſchälen, in 2 bis 3 Zentimeter lange Stücke ſchneiden, mit kochendem Waſſer überbrühen, Waſſer abſchütten, den Rhabarber einzuckern.

Kuchenblech mit mürbem Teig auslegen, den Boden mit Semmelmehl beſtreuen, den Rhabarber darauf verteilen, den Kuchen halb fertig backen. Eier, Zucker, Rahm und Zitronenſchale gut verrühren, über den Rhabarber gießen und den Kuchen ausbacken.

Oſterlamm.

Vorbereitung. Eine Lammform gut ausbuttern, dick mit Mutſchlemehl ausſtreuen, ¼ Kilo feines Mehl mit ½ Backpulver vermiſchen, 3 große Eigelb mit 2 Eßlöffel Waſſer verquirlen, den Saft 1 Zitrone beiſetzen, 2 bis 3 Eßlöffel zurückbehalten, alles übrige mit ¼ Kilo Zucker ſchaumig rühren, zuletzt den Schnee darunter, damit die Lammform zwei Drittel voll füllen und bei gleicher Hitze backen.

Tags darauf: Den Schaum zur Wolle herſtellen: 2 Eiweiß zu Schnee ſchlagen, 1 Eßlöffel Mondamin mit dem zurückbehaltenen Zitronenwaſſer glatt rühren, unter den Schnee ziehen und damit das Lamm überziehen. Der Kopf wird mit halbierten Mandeln und aufgelöſter Schokolade geformt.

In Schmalz und auf der Pfanne gebackene Nachſpeiſen

Waffelgebäck.

Es iſt einerlei, welches Eiſen man dazu verwendet, nur muß man beſonders darauf achten, daß das Eiſen recht heiß iſt, bevor man den Teig einfüllt. Die obere Seite muß zuerſt ſtark erhitzt werden, da beim Einfüllen des Teiges die untere Seite ohnehin über dem Feuer iſt. Zum Einfetten des Eiſens, das natürlich vor dem Teigeinfüllen geſchehen muß, nimmt man am beſten eine Speckſchwarte. Iſt keine ſolche vorhanden, ſo macht man Butter oder Fett flüſſig und ſtreicht mittels eines kleinen Pinſels das Eiſen an. Raſch mit einem Schöpflöffel den Teig einfüllen, Deckel ſchließen, Eiſen ſofort drehen, nach kurzer Dauer wieder zurück, das Gebäck herausnehmen, wenn es goldbraun iſt. Am beſten ſchmecken die Waffeln, wenn ſie gleich angerichtet verzehrt werden. Ausgezeichnet ſchmecken ſie, wenn man die Vertiefungen mit irgendeiner Marmelade oder Kompott ausfüllt; auch eine Beilage von Apfelmus oder Preiſelbeerkompott iſt ſehr gut. — Die Teigmaſſe kann auf die verſchiedenſte Art hergeſtellt werden.

Ein ganz einfaches Rezept.

2 Eigelb werden mit 375 Gramm Mehl, 2 Löffel geſchmolzener Margarine, Salz, etwa 8 geriebenen Kartoffeln und ſo viel Milch vermiſcht, daß ein dickflüſſiger Teig entſteht, dann zieht man den Eiſchnee darunter und bäckt.

Mit Backpulver.

2 Eier werden mit 2 Eßlöffel Butter vermengt, dann gibt man dazu ¼ Kilo mit ½ Backpulver vermiſchtes Mehl, rührt langſam ¼ Liter Milch hinein, zum Schluß 1 Meſſerſpitze Natron und 1 Eßlöffel gutes Speiſeöl.

Mit Hefe.

In eine Backſchüſſel gibt man 350 Gramm Mehl, dazu 20 Gramm in lauer Milch gelöſte Hefe, 4 Eier, 2 Eßlöffel Zucker, 100 Gramm Butter, Salz und ein wenig geriebene Zitronenſchale. Dann arbeitet man den Teig gut ab, bis er Blaſen wirft, läßt ihn an warmer Stelle gehen und bäckt ihn dann gleich.

Roſettenwaffeln. 2 ganze Eier, 1 Taſſe Milch, 1 Priſe Salz, 1 Taſſe Mehl, 1 Priſe Zucker.

Milch mit Eiern vermiſchen, langſam das Mehl damit anrühren, Salz und Zucker dazu. Der Teig muß dickflüſſig ſein, lieber dann noch etwas Mehl dazu. Das Roſetteneiſen mit dem Fett heiß werden laſſen, herausnehmen, in der Luft einen Moment laſſen. Von dem Teig immer eine Kleinigkeit in ein Schüſſelchen geben, das Eiſen in den Teig nicht tief tauchen, Teig darf nicht über das Eiſen gehen, ſofort in das heiße Fett, hellgelb backen. — Nimmt man die Roſetten als Nachſpeiſe, ſo gibt man 2 geſtrichene Kaffeelöffel Zucker zur Maſſe.

Sandwaffeln.

125 Gramm Butter rührt man ſchaumig, gibt langſam 3 Eigelb, 100 Gramm Puderzucker, 65 Gramm Kartoffelmehl und ebenſo viel Weizenmehl dazu, noch etwas geriebene Zitronenſchale und zieht zuletzt den Schnee der Eiklar darunter.

Geſchlagene.

¼ Kilo Butter rührt man mit 2 Eigelb ſchaumig und gibt dann unter Rühren 125 Gramm feines Weizenmehl dazu. Dann ſchlägt man das Eiweiß zu Schnee und ½ Liter ſauren Rahm zu Schaum, rührt beides langſam unter die Maſſe und bäckt ſofort in heißem Eiſen.

Mit Mandeln.

Man rührt 70 Gramm Butter mit 4 Eigelb ab, gibt 70 Gramm geſchälte, recht fein geſtoßene Mandeln, 100 Gramm Zucker mit Zimt oder abgeriebene Zitronenſchale oder Vanille, 70 Gramm Mehl, 6 Eßlöffel guten Rahm, den Schnee von 2 Eiweiß dazu und bäckt.

Hefewaffeln. 60 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Zucker, 1 Priſe Salz, 180 Gramm Mehl, 2 Eier, ⅛ Liter dicken, ſauren Rahm, ⅛ Liter Milch, 15 Gramm Hefe.
Zum Backen: 50 Gramm Fett. Zum Beſtreuen: 30 Gramm Zucker.

Man rührt Butter, Zucker, Eier ſchaumig, gibt abwechſlungsweiſe Rahm und Mehl, die Priſe Salz und die mit der Milch aufgelöſte Hefe dazu. Dann wird die Waffelform erhitzt, mit Fett beſtrichen, je nach der Größe der Form ⅙ bis ⅛ Liter Teig hineingefüllt und unter öfterem Wenden des Waffeleiſens auf beiden Seiten goldbraun gebacken. Nach dem Backen aus dem Eiſen nehmen, mit der Schere auseinander ſchneiden, dann in ganz feinem Zucker umwenden und ſofort auftragen.

Feine Waffeln. 140 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Zucker, 1 Priſe Salz, 6 Eigelb, ¼ Liter ſüßen Rahm, 140 Gramm Mehl, 6 ſehr ſteife Eiſchnee.

Butter, Zucker, Eigelb ſchaumig rühren, Priſe Salz hinzu, das Mehl, abwechſlungsweiſe den Rahm und zuletzt den ſehr ſteifen Schnee. Die Maſſe in die ausgefettete Waffelform ſtreichen und unter mehrmaligem Wenden goldbraun backen. Nach dem Backen ſofort aus dem Eiſen nehmen und ſehr gut mit Staubzucker beſtreuen. Mit Fruchtſoße oder Weinſchaumſoße ſervieren.

Zwetſchgenbaveſen. 180 bis 200 Gramm Weißbrotwecken oder 5 bis 6 geſtrige Semmeln, 125 Gramm Zwetſchgenmarmelade, ½ Liter Milch, 2 kleine Eier, Semmelbröſel, Zucker und Zimt, Fett zum Ausbacken.

Die Weißbrote werden abgerieben in dünne Scheiben geſchnitten, die eine Seite mit Marmelade beſtrichen und mit einer anderen Hälfte bedeckt. Wenn alle Brote gefüllt ſind, legt man ſie in kalte Milch, läßt ſie eine Viertelſtunde ſtehen, wendet ſie dann um, damit ſie gut durchweichen. Die übrig gebliebene Milch ſprudelt man mit den Eiern ab, wendet die Baveſen darin, dann in Semmelbröſeln, bis ſie keine mehr annehmen. Hierauf in der Pfanne im heißen Fett ſchön hellbraun backen. Noch warm mit Zucker und Zimt beſtreuen und zu Tiſch geben. Sind auch kalt ſehr vorzüglich zu eſſen.

Gebackene Zwetſchgen.

Man zieht den Früchten die Haut ab, nimmt den Kern heraus, an deſſen Stelle man eine geſchälte Mandel einlegt, taucht die Frucht in dünnen Hefeteig, der ſchon etwas gegangen iſt, oder in Pfannkuchenteig, bäckt ſie dann in Schmalz und beſtreut ſie mit Zucker.

Gebackene Pfirſiche oder Aprikoſen.

Die Früchte werden geſchält, halbiert und mit Zucker beſtreut, ½ Stunde liegen laſſen, dann in gegangenen, dünnen Hefeteig getaucht und in Schmalz gebacken.

Gebackene Holunderdolden (Hollerſtrauben).

Schön aufgeblühte Blütendolden von Holunderſtauden werden gut abgeſchüttelt oder in Waſſer abgeſchwemmt und wieder getrocknet; dann taucht man ſie in feinen Pfannkuchenteig, bäckt ſie in heißem Fett und beſtreut ſie mit Zucker.

Gebackene, gefüllte Äpfel.

Gute, kleine Äpfel werden geſchält, das Kernhaus entfernt, ohne ſie zu halbieren. Hierauf macht man aus Äpfel in die ausgeſtochene Öffnung paſſende Stöpſel, gibt einen als Boden hinein, füllt den Apfel mit einer guten Marmelade, ſchließt mit dem anderen Stöpſel ab, dreht den Apfel in Mehl, dann Ei und feinen Bröſeln. Dann bäckt man ſie in heißem Schmalz fertig und beſtreut ſie mit Vanillezucker oder Zucker und Zimt.

Gebackene Semmelſchnitten. (Arme Ritter.)

Große Semmeln werden entrindet, in 3 bis 4 Scheiben geſchnitten, dann mit Milch oder Rahm übergoſſen und etwas ſtehen gelaſſen. Sind ſie weich geworden, ſo läßt man ſie abtropfen, dreht ſie dann in Ei und feinen Bröſeln und bäckt ſie ſchön braun. — Man gibt dazu Obſtkompotte.

Oder: Man beſtreicht eine Semmelſcheibe mit beliebiger Marmelade und deckt eine andere Scheibe darauf. Das Ganze befeuchtet man dann mit rotem Gewürzwein, dreht es in Mehl, dann Ei und feinen Bröſeln, bäckt es in Fett und ſerviert es mit Zucker und Zimt beſtreut.

Oder: Man verdünnt Aprikoſenmarmelade mit gutem Weiß- oder Rotwein, taucht die Semmelſchnitten hinein und dann in dünnen Pfannkuchen- oder Omelettenteig, bäckt ſie in Fett und ſerviert ſie mit Zucker beſtreut.

Oder: Man halbiert eine entrindete Semmel, ſchneidet dieſe wieder in zwei Scheiben, jedoch ſo, daß dieſe noch zuſammenhängen bleiben, gibt dazwiſchen paſſierte Erdbeeren, die man mit feinen Bröſeln und Zucker gemiſcht hat, oder eine andere Marmelade, taucht dann die Scheiben in kalten, ſüßen Rahm, läßt dieſen gut einziehen, dreht das Ganze dann in Mehl und Ei, bäckt es in heißem Fett und ſerviert es mit Zimt und Zucker beſtreut.

Polſterzipfel oder Haſenohren (Haſenöhrl) I. (Sehr billig.)

Aus ¼ Kilo Mehl, dem man etwas ganz feine Bröſel zufügen kann, 1 Priſe Salz und etwas in heißer Milch aufgelöſter Butter macht man einen weichen Teig, den man recht gut abſchlägt und dann einige Zeit ruhen läßt. Dann treibt man ihn meſſerrückendick aus, radelt ihn zu Dreiecken oder verſchobenen Vierecken, bäckt dieſe in heißem Fett, beſtreut ſie mit Zucker und gibt eine ſüße Fruchtſoße oder Kompott dazu.

Haſenöhrl II.

300 Gramm Mehl, 50 Gramm Butter, 3 Eßlöffel ſauren Rahm, 3 Eßlöffel Zucker, 2 Eier, 1 Priſe Salz, 1 Teelöffel Backpulver

Die Zutaten werden wie zu einem Mürbeteig verknetet. Der Teig muß ruhen, wird dann ½ Zentimeter dick ausgerollt; mit dem Rädchen werden Rauten oder verſchobene Vierecke abgeſchnitten und dann im ſchwimmenden Schmalz gebacken. (Kommt mehr als Kaffeegebäck zur Geltung.)

Gebackene Mäuſe.

Man bereitet einen Hefeteig wie für Krapfen, gibt etwas Korinthen oder Roſinen darunter und läßt ihn gut gehen. Dann ſticht man mit einem, in warmes Fett getauchten Löffel große Nocken heraus und legt dieſe ſofort in heißes Fett und bäckt ſchön braun. Man muß das Geſchirr bis zum Wenden der Mäuſe zugedeckt halten. Vor dem Anrichten beſtreut man ſie mit Zucker.

Ringelſpäne.

Man bereitet Mürbeteig, dem man etwas fein geſtoßenen oder auch ganzen Anis beifügen kann, treibt ihn meſſerrückendick aus, radelt oder ſchneidet ihn in fingerbreite, 10 bis 15 Zentimeter lange Streifen, dreht dieſen Streifen Teig ſpiralenförmig um das Ende eines Kochlöffelſtiels, hält dann den Stiel mit dem darum gewundenen Teig in das heiße Fett, bäckt dieſen ſchön braun, löſt das Gebäck vorſichtig ab und beſtreut es beim Anrichten mit Zucker. Man gibt eine ſüße Fruchtſoße, Creme oder Kompott dazu.

Spritzſtrauben.

¼ Kilo feines Mehl, ½ Liter Milch oder Waſſer und 100 Gramm Butter ſowie 1 Priſe Salz rührt man auf dem Feuer, bis ſich der Teig vom Topfe löſt. Hierauf läßt man den Teig auskühlen, rührt dann 4 Eigelb und Zucker nach Geſchmack mit Zitronengeruch dazu, füllt dieſen Teig in einen Spritzbeutel und ſpritzt ihn in verſchlungenen Windungen in das heiße Fett und bäckt die Strauben ſchön goldbraun; beſtreut ſie beim Anrichten mit Zucker. — Man kann dieſe Strauben auch von Bierteig machen. Anſtatt Waſſer oder Milch nimmt man dasſelbe Quantum an hellem Bier.

Natronküchlein. 4 Eier, 180 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz, ¼ Liter ſauren Rahm oder Milch, 150 Gramm Zucker, 1 Meſſerſpitze Natron, ¾ Kilo Mehl (Ausbackfett).

Butter wird ſchaumig gerührt, abwechſlungsweiſe Eier und Zucker dazu, dann 1 Priſe Salz, 1 Priſe Natron und ſo viel Mehl, daß ein ſteifer Teig entſteht, der ſich ausrollen läßt. Man ſticht mit einem Weinglas Plätzchen heraus; mit einem Schnapsglas oder einem kleinen Ausſtecher ſticht man das Mittlere der Plätzchen aus, ſo, daß Ringe entſtehen. Man bäckt die Ringe in heißem Fett goldbraun und beſtreut ſie mit Zucker.

Purzeln. ½ Kilo Mehl, 1 Taſſe Rahm, 2 Eier, 1 Taſſe Zucker, 1 Päckchen Backpulver.

Eier und Zucker ſchaumig rühren, Mehl, Rahm und zuletzt Backpulver beimiſchen, aus dem Teig kleine Kügelchen formen und ſchwimmend in heißem Fett goldbraun ausbacken.

Apfelküchle. 125 Gramm Mehl, 2 Eier, ⅛ Liter Weiß- oder Apfelwein, 6 große Äpfel, Zucker nach Bedarf, 1 Eßlöffel Arrak oder Rum, Ausbackfett, Zucker zum Beſtreuen.

Es ſollen möglichſt weiche Äpfel ſein; ſie werden geſchält, der ganzen Länge nach das Kernhaus herausgenommen und die Äpfel in waagerechte Scheiben durchgeſchnitten, gezuckert, mit Rum beſprengt und zugedeckt zum Durchziehen. Dann rührt man einen Pfannkuchenteig, zieht den Eiſchnee darunter. Die Äpfel werden im Teig gewendet, ins heiße Schmalz oder Ausbackfett gegeben und goldbraun gebacken. (Beim Anrichten mit Zucker beſtreuen.) Als Zuſpeiſe Aprikoſenſoße, Hagebutten- oder Weinſchaumſoße.

Bananen gebacken, in Bierteig.

Die Bananen werden geſchält, in ziemlich große Scheiben geſchnitten, gezuckert und mit etwas Rum oder Zwetſchgenwaſſer beträufelt, worauf man ſie 20 Minuten ziehen läßt. Indeſſen macht man einen glatten Teig von Bier, Mehl, etwas Salz und Butter, zieht einige Eiweiß darunter, die man zu Schnee geſchlagen hat, taucht, nachdem der Teig etwas geruht hat, die Bananenſtückchen hinein und bäckt ſie in heißem Butterfett, beſtreut ſie dann mit Zucker und ſerviert ſie gleich.

Oder: Man macht einen Backteig von 130 Gramm Mehl, etwas zerlaſſener Butter, 1 Eigelb, Milch, etwas Rum oder Kognak, zieht zuletzt den Schnee von 1 bis 2 Eiweiß darunter und bäckt damit die verſchiedenſten Früchte, welche man auf dieſelbe Art, wie oben die Bananen, vorbereitet hat.

Krapfen von Reis.

¼ Kilo Reis kocht man in Milch mit 1 Priſe Salz dick, aber nicht ganz weich, gibt dazu Zucker mit dem Abgeriebenen einer Zitrone oder Orange oder auch Vanillezucker, ſtreicht ihn dann fingerdick auf ein gefettetes Blech, läßt ihn erkalten, ſticht Krapferl aus, welche man in Ei und Bröſel dreht und bäckt.

Mit Roſinen.

Der noch heiße, gekochte Reis wird mit Roſinen, Korinthen, fein geſtoßenen Mandeln, etwas Butter und 1 bis 2 Eiern oder Eigelb gemiſcht, auf das gefettete Blech geſtrichen, erkalten laſſen, dann ausgeſtochen, in Ei und feinen Bröſeln gedreht und gebacken.

Mit Marmelade gefüllt.

Der Reis wird mit 1 Priſe Salz, etwas gemahlenen Mandeln und wenig Zucker in Milch dick, aber nicht ganz weich gekocht; dann läßt man ihn etwas erkalten, treibt ihn kleinfingerdick aus, ſticht ihn aus, gibt auf einen Fleck 1 kleinen Löffel Aprikoſenmarmelade, deckt darüber mit einem zweiten Fleck, drückt beide gut zuſammen, läßt den Reis vollkommen erkalten, dreht die Krapferl dann in Ei und feinen Bröſeln und bäckt ſie.

Nudelkrapfen, gefüllt.

Nudeln, die man von feinem Mehl, einigen Eigelb und 1 Priſe Salz hergeſtellt hat, werden mit ſüßem Rahm, etwas Vanille und Zucker dick eingekocht, dann auf ein gefettetes Blech geſtrichen (halbfingerdick), erkalten laſſen, ausgeſtochen, je 2 mit Aprikoſen oder anderer Marmelade gefüllt, in Ei und Bröſeln gedreht, in Schmalz gebacken und mit Zucker beſtreut ſerviert.

Cremekrapfen.

Von großen Semmeln reibt man die Rinde ab, gibt ſie in eine Schüſſel, übergießt ſie mit einer Creme, die man von ⅓ Liter ſüßen Rahm, 3 Eigelb und Zucker mit Vanillegeruch auf dem Feuer gerührt hat, läßt ſie einziehen, dreht die Semmeln dann in Ei und Bröſeln, bäckt ſie im Schmalz und ſerviert ſie mit Zucker und feiner Schokolade beſtreut.

Portugieſer Krapfen.

Man bereitet einen Mürbeteig von 150 Gramm Mehl, 30 Gramm Butter, etwas Salz, 2 Eigelb, etwas Rahm und Wein, treibt ihn meſſerrückendick aus, teilt ihn in gleiche Hälften, gibt nun in gleichmäßiger Entfernung reihenweiſe kleine Häufchen von Mandelfülle darauf, die man von 3 Eigelb, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm fein gemahlenen Mandeln, Geruch von Orange oder Zitrone, Roſinen und Korinthen bereitet hat, deckt die andere Hälfte des Teiges darüber und radelt nun die Häufchen reihenweiſe als viereckige Stücke heraus, drückt die Enden gut aufeinander, damit die Fülle nicht ausfließt, und bäckt das Ganze in heißem Fett.

Erdbeerkrapferl.

Man bereitet Mürbeteig wie oben, treibt ihn wie dieſen aus, belegt wie oben die eine Hälfte des Teiges mit Häufchen von gut gezuckerten Erdbeeren, beſtreicht rund herum mit Ei, deckt die andere Hälfte Teig darüber und radelt viereckige Stücke heraus, die man in heißem Fett bäckt und dann mit Vanillezucker beſtreut.

Türkiſche Krapferl.

Eine Handvoll Haſelnüſſe ſtößt man mit ½ Stange Vanille recht fein, gibt dann etwas Honig dazu und macht daraus einen Teig. Hierauf verrührt man 3 Eßlöffel Butter (geſchmolzen) mit 3 Eigelb, einigen Eßlöffeln Milch oder Rahm, etwas Salz, gibt dazu ſo viel Mehl, daß es einen mittelfeſten Teig gibt, arbeitet dieſen gut ab, ſchneidet ihn in gleiche Hälften und rollt jede meſſerrückendick aus, belegt eine Hälfte mit kleinen Häufchen von der Haſelnußmaſſe (ziemlich dicht), legt dann die andere Teighälfte darüber, drückt den Teig um jedes Häufchen feſt, ſticht dann mit einem ſehr kleinen Ausſtecher die Krapferln aus und bäckt ſie ſofort in heißem Fett, dreht ſie dann in Vanillezucker und ſerviert ſie.

Torten

Hochzeitstorte. Zum Teig: 6 Eigelb, 6 Eiſchnee, 5 eiſchwer Zucker, 4 eiſchwer Mehl. Zur Creme: 150 Gramm Butter, 200 Gramm geſiebten Puderzucker, 200 Gramm geſchälte, geriebene Mandeln, 2 bis 4 Eigelb, 1 Eßlöffel Arrak, 1 Eßlöffel Schlagrahm. Zum Garnieren: ½ Liter Schlagrahm mit etwas Zucker gewürzt, 3 bis 4 Piſtazien.

Eigelb mit der Hälfte des Zuckers dickſchaumig rühren, Eiweiß zu Schnee ſchlagen, Reſt des Zuckers löffelweiſe einſchlagen. Eiweißmaſſe auf die Eigelbmaſſe geben, Mehl darauf ſieben, Teig leicht untereinander heben und in zwei gleich großen, gebutterten und bemehlten Springformen bei Mittelhitze 30 Minuten backen. Die erkalteten Böden durchſchneiden, mit Creme zuſammenſetzen. Torte mit geſüßtem Schlagrahm überziehen und beſpritzen und mit gewiegten Piſtazien beſtreuen. — Zur Creme: Butter ſchaumig rühren, geſiebten Puderzucker, Eigelb und die übrigen Zutaten beimiſchen.

Erdbeertorte. 375 Gramm Mehl, ¼ Kilo Butter, 125 Gramm Zucker, 1 Ei.

Aus obigen Zutaten Mürbeteig herſtellen, dieſen in 2 gleich großen Böden mit Rand goldgelb backen. ½ Kilo Walderdbeeren durch ein Sieb ſtreichen, mit 200 Gramm Zucker und mit 15 Gramm vorbereiteter Gelatine miſchen. (Gelatine 5 Minuten kalt einweichen, gut ausdrücken und in 1 Eßlöffel heißem Waſſer auflöſen.) Erdbeeren auf Eis rühren, ¼ Liter Schlagrahm unterziehen, wenn die Maſſe anfängt, dick zu werden, auf den Boden geben, ½ Kilo Ananaserdbeeren hineindrücken, mit Schlagrahm ſpritzen.

Prinzregententorte. Zum Teig: 300 Gramm Butter, 300 Gramm Zucker, 2 Eigelb, 2 ganze Eier, 300 Gramm Mehl, Schale ½ Zitrone. Zur Fülle: ¼ Kilo Tafelbutter, ¼ Kilo geſiebten Puderzucker, 200 Gramm in Waſſerbad aufgelöſte Schokolade. Zum Guß: 200 Gramm gute Speiſeſchokolade, haſelnußgroßes Stück Butter, 7 bis 8 Eßlöffel Waſſer, 7 bis 8 Eßlöffel Zucker zum Faden gekocht.

Butter ſchaumig rühren, Zucker, Eier, Mehl, Zitrone langſam beigeben, 2 gleich große gebutterte und bemehlte Böden von Springformen mit dem Teig ſehr dünn beſtreichen, bei ſehr guter Hitze 50 Minuten backen, noch warm abnehmen. (Rezept gibt 8 Böden.) Die erkalteten Böden mit Creme aufeinander ſetzen, Torte mit Schokoladeglaſur überziehen. — Zur Creme: Butter ſchaumig rühren, geſiebten Puderzucker und aufgelöſte Schokolade beigeben. — Zum Guß: Schokolade im warmen Waſſerbad auflöſen, Zucker und Waſſer zum Faden kochen, zur Schokolade rühren, Butter beimiſchen.

Hausmannstorte. Zum Teig: 130 Gramm Butter, 300 Gramm Zucker, 4 Eigelb, 2 Taſſen kalte Milch, 400 Gramm Mehl, 20 Gramm Mandeln, Schale 1 Zitrone, 1 Backpulver. Zum Füllen: 125 Gramm Aprikoſenmarmelade. Zur Glaſur: 375 Gramm geſiebten Puderzucker, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, 2 Eßlöffel Arrak, 2 Eßlöffel heißes Waſſer.

Butter ſchaumig rühren, Zucker, Eigelb, Mehl und Milch abwechſlungsweiſe beigeben. Backpulver und Schnee zugeben. Maſſe in gebutterte, bemehlte Springform bei Mittelhitze 1 Stunde backen. Erkaltet durchſchneiden und mit Marmelade zuſammenſetzen. Torte mit weißer Glaſur überziehen.

Punſchtorte: Einmal Rezept Biskuitteig. Zum Füllen: ¼ Kilo Marmelade. Zum Guß: 375 Gramm geſiebten Puderzucker, 2 Eßlöffel Zitronenſaft, 2 Eßlöffel Arrak, 2 Eßlöffel heißes Waſſer.

Eigelb und die Hälfte des Zuckers dickſchaumig rühren, Eiweiß zu Schnee ſchlagen, Zucker löffelweiſe einſchlagen, Eiweißmaſſe auf die Eigelbmaſſe geben, Mehl im Ganzen daraufſieben, leicht unterheben, die 3 Schichten aufeinander geben, Maſſe in 2 gleich große gebutterte und bemehlte Springformen geben, bei Mittelhitze 25 Minuten backen. Die erkalteten Böden mit etwas Arrak tränken, mit Marmelade zuſammenſetzen und mit Glaſur überziehen; wenn Glaſur getrocknet, mit Angelika und roten Kirſchen verzieren. — Zur Glaſur: Geſiebten Puderzucker mit Zitronenſaft und Arrak und mit heißem Waſſer verrühren.

Kirſchtorte mit Mandelguß. Zum Teig: ½ Kilo Mehl, ¼ Kilo Butter, 125 Gramm Zucker, Schale von 1 Zitrone, ½ Glas Wein, 1 bis 1½ Kilo ausgeſteinte Kirſchen, etwas Semmel- oder Kuchenbröſeln. Zum Guß: 4 ganze Eier, 60 Gramm geriebene Mandeln, 50 Gramm fein geriebenen Zwieback, 100 Gramm Zucker, ¼ Liter ungeſchlagenen ſüßen Rahm.

Butter und Zucker ſchaumig rühren, Zitronenſchale beigeben, dann Mehl und abwechſlungsweiſe den Wein, nach Belieben 1 Teelöffel Backpulver, Teig abkneten, vom Teig Boden und Rand einer Springform auslegen, Kuchen vorbacken, Kuchenboden mit etwas Semmelbröſeln beſtreuen, ausgeſteinte Kirſchen darauf legen und zuckern, den Kuchen goldgelb fertig backen. Den fertig gebackenen Kuchen auskühlen laſſen, dann die fertige Maſſe darauf geben und den Kuchen nochmals bei Oberhitze überbacken. — Zum Guß: Eigelb ſchaumig rühren, Zucker dazu, Mandeln, Zwiebackbröſeln, zuletzt den Rahm und den ſehr ſteifen Schnee. Den Guß dick auftragen.

Baumſtamm. 6 Eigelb, 6 Eiſchnee, 125 Gramm Zucker, 65 Gramm Reismehl, 65 Gramm Weizenmehl. Zur Fülle: 375 Gramm Butter, 375 Gramm geſiebten Puderzucker, 375 Gramm Kuvertüre. Zum Verzieren: Hohlhippen, gewiegte Piſtazien.

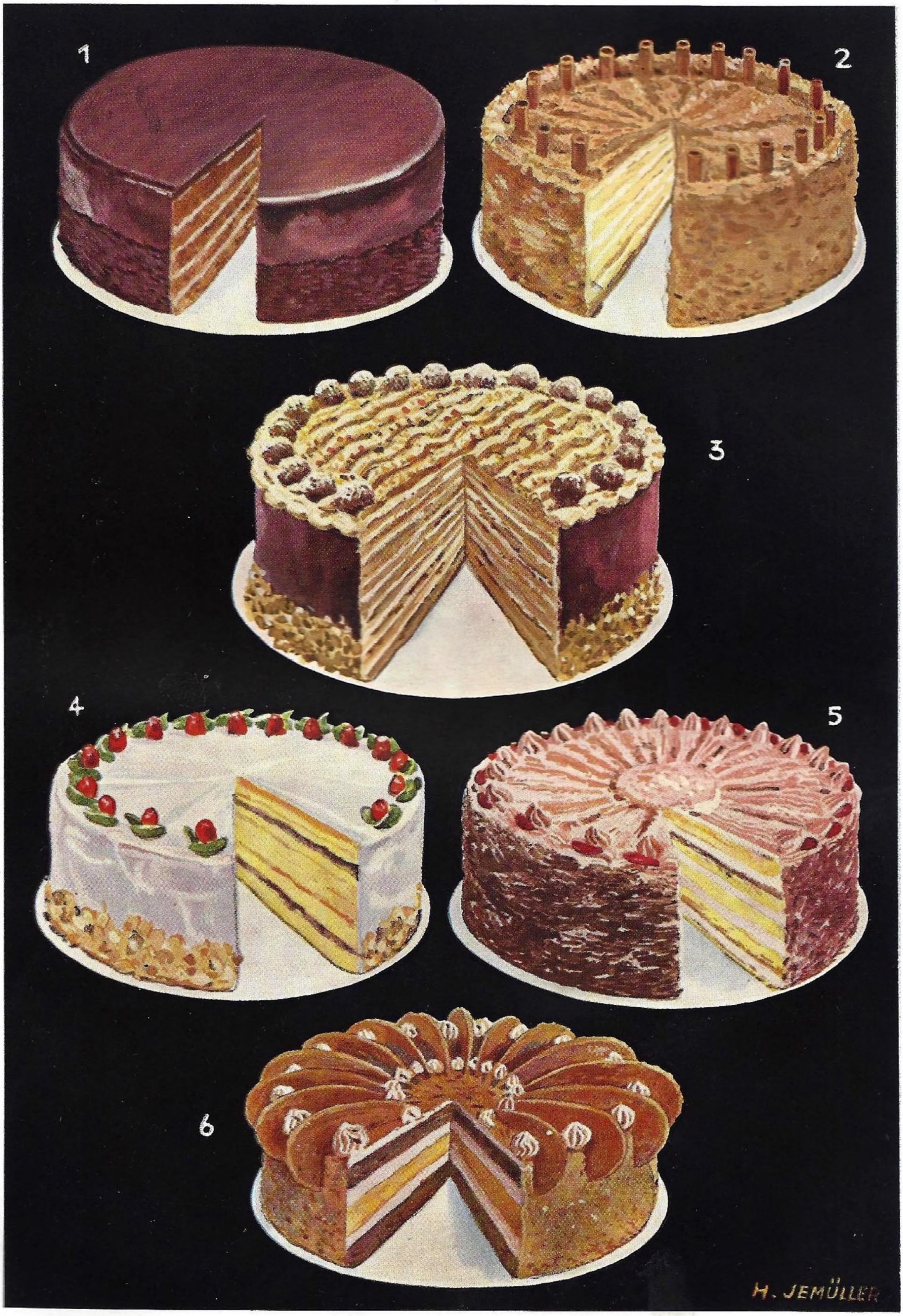
Eigelb mit Hälfte des Zuckers ſehr ſchaumig rühren, das Eiweiß zu ſehr ſteifem Schnee ſchlagen, in das Eiweiß die andere Hälfte des Zuckers priſenweiſe hineinſchlagen. Dann die ſchaumig gerührte Eigelbmaſſe dazu und zuletzt das Mehl. Den Teig auf Blech, welches man mit gefettetem Pergamentpapier auslegt, 10 Minuten backen. Dann ſchnell auf ein gezuckertes Brett ſtürzen, ſofort füllen und rollen. Muß ſehr raſch gehen. — Zur Fülle: Die Kuvertüre in warmes Waſſerbad ſtellen, bis ſie zerſchmolzen iſt. Butter ſchaumig rühren. Abwechſelnd den geſiebten Puderzucker und Kuvertüre zur ſchaumigen Butter geben. Iſt die Roulade erkaltet, kann man ſie mit dem Reſt der Fülle beſtreichen oder mit Spritzbeutel beſpritzen der Länge nach, mit Hohlhippen und gewiegter Piſtazie verzieren.

Käſetorte mit Biskuitguß. 375 Gramm Mehl, 190 Gramm Butter, 90 Gramm Zucker, 1 Ei, 1 Eigelb, 1 Priſe Salz, Zitrone, 3 bis 4 Eßlöffel Milch, 1 Eßlöffel Arrak. Zum Belag: 70 Gramm Butter, 200 bis 250 Gramm Zucker, 3 Eigelb, ¾ Kilo Topfen, 2 bis 3 Eßlöffel Milch oder ſauren Rahm, 1 Eßlöffel Mehl, 30 Gramm in Stifte geſchnittene, geſchälte, ſüße Mandeln, 3 bis 4 bittere Mandeln, 125 Gramm Weinbeeren, 3 Eiſchnee, 1 Priſe Zimt.

Mürbeteig herſtellen, d. h. Butter zerlaſſen, wieder abkühlen, Zucker und Eier zu Schaum rühren, andere Zutaten beigeben, Teig verkneten, etwas ruhen laſſen, kalt ſtellen. Den Teig dann nach der Form ausrollen, Rand mit Eiweiß ankleben, mit Eigelb beſtreichen, Boden mit der Spicknadel durchſtechen, Boden hellbraun backen, Zwiebackbröſeln daraufgeben und dann den dickflüſſigen Belag etwas anbacken, dann Biskuitguß aufſtreichen. Kuchen fertig backen, im ganzen 1 Stunde Backzeit. Mit Puderzucker beſieben. Kalt ſervieren. — Zum Belag: Butter ſchaumig rühren, Zucker, Eigelb, Mandeln, Mehl, Milch. Dieſe Maſſe zu dem durch Sieb geſtrichenen Topfen geben, dann Weinbeeren und Schnee dazu. — Zum Biskuitguß: 2 Eigelb mit einem Eßlöffel Zucker ſchaumig rühren, von 2 Eiweiß ſteifen Schnee ſchlagen, priſenweiſe auch 1 Eßlöffel Zucker zum Schnee, dann zum Schnee auch ſchaumig gerührte Eigelbmaſſe vorſichtigſt mengen.

Brottorte.

¼ Kilo ſehr fein geſtoßener Zucker wird mit 12 Eidottern ½ Stunde lang recht ſchaumig gerührt, hierauf das von 8 Eiern zu Schnee geſchlagene Weiße behutſam damit vermiſcht. Nun werden 210 Gramm unabgezogene, fein geriebene Mandeln, 2 Tafeln fein geriebene Schokolade, klein gehackte, friſche Zitronen- und verzuckerte Orangenſchalen (das ſind 100 Gramm Zitronat und 50 Gramm Orangeat), geſtoßener Zimt und Nelken und 1 gute Handvoll ſehr fein geriebene, angefeuchtete, ſchwarze Brotbröſeln durcheinander gegeben. Iſt nun alles wohl durcheinander gemiſcht, ſo wird es in eine runde oder längliche Form gefüllt und langſam in einem abgekühlten Ofen gebacken. Die Zeit des Garbackens (ungefähr 1 Stunde) läßt ſich am beſten entnehmen, wenn man eine feine Stricknadel hineinſtößt. Iſt dieſe beim Herausziehen trocken, ſo daß ihr nicht im geringſten Teigartiges anklebt, ſo iſt die Torte ausgebacken und muß dann gleich aus dem Ofen genommen und, über ein Sieb geſtürzt, abgekühlt werden. Über die Torte kommt eine Arrakglaſur. Das Tortenblech iſt mit Butter auszuſtreichen und mit fein geriebenen Brotbröſeln auszuſtreuen.


1
2
3
4
5
6
H. JEMÜLLER

1. Sachertorte, 2. Havannatorte, 3. Haselnußtorte, 4. Punschtorte, 5. Kastanientorte, 6. Croquanttorte

Topfentorte.

Ein Tortenblatt aus mürbem Teig backen (½ Kilo Mehl, 60 Gramm Butter, 1 Ei, 2 Eßlöffel Zucker) oder aus billigerem Teig. ½ Kilo Topfen, 2 Eigelb, 60 Gramm Butter und 60 Gramm Vanillezucker verrühren, 3 Eßlöffel gut gewaſchene, getrocknete Roſinen dazu geben, Maſſe auf gebackenes Tortenblatt ſtreichen. Schnee der 2 Eiweiß mit 2 Eßlöffel Zucker ſchlagen, obenauf geben, das Ganze noch 10 Minuten in nicht zu heißer Röhre backen.

Haſelnußtorte.

6 Eigelb und 200 Gramm Zucker ½ Stunde rühren, ¼ Kilo geriebene Haſelnüſſe und die 6 Eiſchnee darunter heben und langſam backen.

Haſelnußtorte. 8 Eigelb, 8 Eiſchnee, 220 Gramm geriebene Haſelnüſſe, 150 Gr. Zucker.

Eigelb mit Hälfte des Zuckers ſchaumig rühren. Reſt des Zuckers priſenweiſe zum ſteifen Schnee, Eigelbmaſſe zur Schneemaſſe und zuletzt die geriebenen Haſelnüſſe. Auf gefettetem Pergament in 2 Springformen backen. Fülle: 100 Gramm Tafelbutter, 100 Gramm geriebene Haſelnüſſe, 100 Gramm Zucker, 2 Eigelb, 25 Gramm gebrühte feingewiegte Piſtazien, 15 Gramm gewiegtes Zitronat, 5 Eßlöffel Weißwein. Butter ſchaumig rühren, alle Zutaten dazugeben und die Torte füllen, mit brauner Zuckerglaſur oder Schlagrahm überziehen, Zucker in der Pfanne bräunen, aufgießen und erkaltet löffelweiſe zum geſiebten Puderzucker.

Sandtorte. 280 Gramm Butter, 200 Gramm Zucker, 4 Eier getrennt, ½ Eßlöffel Rahm, 280 Gramm Reismehl, 1 Meſſerſpitze Backpulver, geriebene Zitronenſchale.

Butter, Zucker, Eigelb ſchaumig rühren, das mit Backpulver geſiebte Mehl löffelweiſe zugeben, zuletzt den ſteifen Schnee; in vorbereiteter Springform bei ſchwacher Hitze 1 Stunde backen; in der Form erkalten laſſen, ſtürzen, beliebigen Guß oder Puderzucker.

Havannatorte. 10 Eier getrennt. ¼ Kilo Mehl (halb Weizen-, halb Reismehl), 200 Gramm Zucker, 150 Gramm Mandeln. Zum Füllen: ¼ Kilo Butter, 200 Gramm Puderzucker, 4 Eigelb, 2 Eßlöffel Kaffee-Extrakt. Zum Garnieren: Hohlhippen, geröſtete Mandelſtifte.

Weichen Biskuitteig mit geſchälten geriebenen Mandeln herſtellen, bei ſchwacher Hitze backen, erkaltet durchſchneiden.

Leipziger Zitronentorte.

125 Gramm Mandeln abziehen, ſtiftförmig ſchneiden, 70 Gramm altbackene Biskuits ſtoßen, mit 1 Meſſerſpitze geſtoßenem Zimt, dem abgeriebenen Gelb 1 Zitrone, dem Saft von 3 Zitronen und ¼ Kilo Zucker verrühren. Von 4 Zitronen die äußere und innere Schale entfernen, die Zitrone in dünne Scheiben ſchneiden, die Kerne herausnehmen, ſo daß die Scheibchen ganz bleiben. Den Teig zuerſt oben mit der obigen Maſſe, dann mit den Scheiben regelmäßig belegen. Vom mürben Teig Streifen zum Gitter ſchneiden, mit Ei beſtreichen, nach dem Backen mit Wein und Zucker vermengten Zitronenſaft zwiſchen die Gitter gießen. Das Gitter kann auch wegbleiben. Die Torte hält ſich lange friſch.

Kaſtanientorte I.

18 bis 20 Stück ſehr große gebratene Kaſtanien werden geſchält, reibt ſie dann und treibt ſie durch ein Sieb, gibt zum Abtrieb 100 Gramm Butter, 5 Eigelb und 70 Gramm Zucker, miſcht 70 Gramm geſchälte, fein geſchnittene Mandeln, ein wenig Zimt und Zitronenſchale dazu, mengt den Schnee von 3 Eiern dazu, füllt die Maſſe in einen mit eingekochten Früchten ausgelegten Tortenreif, beſtreicht ſie mit Ei und bäckt ſie bei mäßiger Hitze.

Kaſtanientorte II.

¼ Kilo Zucker miſcht man mit Vanille zu der doppelten Gewichtsmenge gekochter und paſſierter Kaſtanien, gibt dann 5 Eigelb in eine Schüſſel, rührt ſie gut und gibt nach und nach die Miſchung dazu. Wenn man die Maſſe ½ Stunde gerührt hat, mengt man den Schnee der 5 Eier darunter und bäckt das Ganze im Tortenreif.

Kaſtanientorte III.

1 Kilo große Kaſtanien werden gekocht und dann geſchält, paſſiert; dann ſchlägt man Schnee von 5 Eiweiß mit 280 Gramm Zucker und Vanillegeruch, Saft 1 Orange, miſcht die paſſierten Früchte dazu, bäckt die Maſſe im Tortenreif und überzieht ſie mit Schokoladenglaſur nach Erkalten.

Dattelkuchen.

250 Gramm entſteinte Datteln und 125 Gramm leicht angeröſtete Haſelnüſſe werden fein gehackt. 250 Gramm Mehl, 200 Gramm Zucker, 1 Priſe Salz, Vanille und 1 guten Teelöffel voll Backpulver hinzugegeben und alles mit 2 Eiern ordentlich durchgerührt. Man füllt den Kuchen in eine Königskuchenform und läßt bei mittlerer Hitze etwa 40 Minuten backen. Nach Auskühlen überzieht man mit Waſſerglaſur.

Teekuchen.

1 Ei wird mit 100 Gramm Zucker ſchaumig gerührt, dann 50 Gramm geſchmolzene Schokolade und 30 Gramm zerlaſſene Butter hinzugefügt und mit ½ Taſſe voll Milch verarbeitet. Jetzt fügt man 1 Priſe Salz und 125 Gramm durchgeſiebtes und mit 1 Teelöffel voll Backpulver vermiſchtes Mehl hinzu und zieht das Ganze mit 1 feſtgeſchlagenen Eiweiß klar. Man füllt dieſe Maſſe in kleine runde Papierkäſtchen, bäckt bei guter Mittelhitze aus und beſtreut mit Puderzucker.

Croquant-Ring. 6 Eigelb, 6 Eiſchnee, 150 Gramm Mehl, 150 Gramm Zucker, etwas geriebene Zitronenſchale. Zur Creme: ½ Liter Milch, 120 Gramm Zucker, ½ Stange Vanille, 4 Eigelb, 50 Gramm Mondamin, 300 Gramm Tafelbutter. Zu Croquant: 300 Gramm Zucker, 60 Gramm Mandeln.

Eigelb mit Hälfte des Zuckers mit Schneebeſen gut ſchaumig rühren, Eiweiß zu ſteifem Schnee ſchlagen, andere Hälfte des Zuckers priſenweiſe zugeben, Eigelbmaſſe und Schnee nebſt Zitrone zum Schnee vorſichtig mengen. In gefetteter, gebröſelter Ringform bei mäßiger Hitze ½ bis ¾ Stunden backen. Nach dem Erkalten mit Creme füllen, Croquantring mit Creme leicht beſtreichen, mit gehacktem Croquant beſtreuen. Zur Croquanttorte gleiche Maſſe verwenden.

Creme: Mit 1/8 Liter kalter Milch das Mondamin anrühren, die verſchlagenen Eigelb dazu, übrige Milch mit aufgeſchnittener Vanilleſchote und Zucker aufſetzen, in die kochende Milch angerührtes Mondamin nebſt Eigelb geben, auch 100 Gramm Butter zu, dick kochen, damit bis zum Erkalten rühren. Kalte Creme zu 200 Gramm ſchaumig gerührter Butter geben.

Zucker ohne Zutaten ſo lange auf Feuer rühren, bis er braun und flüſſig iſt. Dann gibt man die feingehackten Mandeln zu, verrührt gut mit dem Zucker, ſchüttet Maſſe auf gebuttertes Brett, ſtreicht ſie aus und läßt ſie ſteif werden. Zum Croquantring dann die erkaltete Maſſe fein hacken.

Oſterſpeiſe. 6 Eigelb, 6 Schnee, 125 Gramm Zucker, 60 Gramm Reismehl, 60 Gramm Weizenmehl. Zur Vanillecreme: Wie Croquantring. Zum Beſtreichen des Ringes: Schokolade-Buttercreme, ¼ Kilo Tafelbutter, ¼ Kilo Konfitüre, ¼ Kilo Puderzucker. Zur Fülle der Eier: 10 Blatt weiße Gelatine, 1/8 Liter Waſſer, 125 Gramm ſüße, 4 bittere Mandeln, 3 Eßlöffel Milch, ¾ Liter Kaffeerahm, 150 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel Arrak oder etwas Speiſefarbe oder 30 Gramm Kakao.

Zum Ring gleiche Zubereitung, wie bei Croquantring angegeben. Erkalteten Ring mit Butterſchokoladecreme beſtreichen und beſpritzen.

Zur Schokolade-Buttercreme Butter ſchaumig, abwechſelnd geſiebten Puderzucker nebſt erweichter Konfitüre zugeben. Den Ring mit gewiegten Piſtazien beſtreuen. In Mitte des Ringes fertige Vanillecreme geben, die man auch mit gewiegten Piſtazien beſtreut.

Eierſchalen ausblaſen, in Waſſer legen, dann austrocknen laſſen, mit Öl auspinſeln, ein Loch verkleben, mit fertiger Crememaſſe füllen, ins Eis ſtellen, ſteif werden laſſen.

Gelatine in Waſſer auflöſen, Mandeln abziehen, fein reiben, mit Milch befeuchten, mit kochendem Kaffeerahm übergießen, zugedeckt 1 Stunde ſtehen laſſen, durch gebrühtes Seihtuch die Mandelmilch abpreſſen, mit Zucker und Gelatine miſchen, in drei Teile teilen; erſten Teil mit Kakao füllen, zweiten Teil weiß laſſen, mit Arrak miſchen, dritten Teil mit Farbe roſa färben. Maſſe in 10 Eier füllen.

Die ſteifen Eier ſchälen, ins Neſt vorſichtig ſetzen, mit der Spitze nach oben ſtehend.

Mandelberge. 125 Gramm ſüße geſchälte Mandeln, knapp 100 Gramm Zucker, die Schale von ½ Zitrone, 15 Gramm gewiegtes Zitronat, 1 Kaffeelöffel Zimt, 2 Eiweiß.

Die Hälfte der geſchälten Mandeln reiben, die andere Hälfte in feine Streifen ſchneiden, die geriebenen Mandeln auf dem Feuer mit etwas Zucker gelblich röſten und alle Zutaten erkaltet mit dem Eiſchnee miſchen. Auf Oblatten Häufchen ſetzen und bei ſchwacher Hitze backen. Nach Belieben noch mit dünner Puderzuckerglaſur überziehen.

Kranztorten (Tortenkränze).

Kranzartige Torten, wenn man ſie ſo benennen will, ſind eine glückliche Ergänzung gewöhnlicher Torten. Sind dieſe von geſchickten Händen hergeſtellt, ſo ſtellen ſie meiſt mehr vor als eine Torte und, was beſonders bemerkt ſein ſoll, ſie eignen ſich auch beſonders zum Ausſchnitt und ebenſo für Geſchenkzwecke. Bei Tortenkränzen, die für den Ausſchnitt gerechnet ſind, kommt es beſonders darauf an, daß die Fülle gleichmäßig verteilt iſt, weil dieſe an jedem einzelnen Stückchen gut ſichtbar iſt. Man ſoll zu einer Portion Tortenkranz immer zwei Stückchen geben, die man geſtaffelt auf den Teller legt.

Kranz von Sandmaſſe I.

150 Gramm Butter treibt man ſchaumig ab, gibt dabei nach und nach 5 Eigelb und 150 Puderzucker dazu; rührt den Abtrieb eine Stunde, gibt dann 150 Gramm feines Kartoffelmehl, 1 Löffel Rum und den Schnee der Eiweiß dazu, füllt die Maſſe in eine mit Zucker ausgeſtreute Form, bäckt ſie langſam, ſtürzt ſie dann und läßt ſie erkalten. Dann ſchneidet man die Maſſe dreimal durch und füllt ſie gleichmäßig mit Karamelcreme, beſtreicht dann den ganzen Kranz mit gleicher Creme. Nun rollt man von Marzipanteig eine dünne Platte aus, ſticht aus ihr eine genau auf die Torte paſſende Decke aus, die kleinfingerbreit ſchmäler als die Torte ſelbſt iſt. Dieſe Decke ſticht man dann in der Mitte ſo aus, daß nur ein drei- bis vierfingerbreiter Ring bleibt, ſchneidet dieſen Ring an einer Stelle durch, legt ihn oben auf den beſtrichenen Tortenkranz, drückt ihn feſt, was vermöge des Einſchnittes ohne Faltenwerfen möglich iſt, und ſchneidet übrigen Marzipan an den Enden ab, doch ſo, daß dieſe gut ſchließen. Den vom Marzipan nicht bedeckten Teil des Kranzes beſtreut man dann mit gehackten und geröſteten Mandeln. Die Platte ſelbſt kann man nach Belieben mit Creme, mittels Dreſſierbeutels oder Tüte mit Röschen uſw. verzieren.

Marzipan.

½ Kilo Mandeln, unter denen ſich 15 Gramm bittere befinden dürfen, werden 12 Stunden in kaltem Waſſer eingeweicht, dann mit kochendem Waſſer überbrüht, zugedeckt 5 Minuten ſtehen laſſen, hierauf in kaltes Waſſer gelegt, worauf ſich die Mandeln leicht enthülſen laſſen. Dieſe werden dann zwiſchen Tücher im warmen Rohre getrocknet, wobei man darauf zu achten hat, daß ſie nicht gelb werden. Dann ſtößt man ſie im Mörſer unter Beifügung von etwas Eiweiß recht fein. Nun läutert man 430 Gramm Puderzucker mit wenig Waſſer, nimmt das Geſchirr vom Feuer, rührt die Mandeln, 125 Gramm Erdbeer-, Himbeer- oder ſonſtigen Fruchtſaft dazu, dabei ſtellt man das Geſchirr ins heiße Waſſerbad, bis alles recht glatt vermengt iſt. Zum Erkalten gibt man den Teig auf ein mit Zucker beſtreutes Blech und verwendet ihn dann nach Belieben. Die Maſſe kann nach Bedarf verringert werden, indem man von allen Zutaten entſprechend weniger nimmt.

Kranz von Sandmaſſe II.

Die gleiche Sandmaſſe backen, nur mit Zitrone abſchmecken. Der Kranz wird dreimal geſchnitten und mit Kirſchbuttercreme gefüllt. Dieſe macht man von gut weichgekochten (auch Konſervenfrüchte) Sauerkirſchen, die man dann paſſiert. Sollte das ſo entſtandene Püree noch zu dünnflüſſig ſein, ſo kocht man es ein und ſchmeckt dann damit die fertige Buttercreme ab. Jede Füllung wird noch mit geteilten Kompottſauerkirſchen reichlich belegt. Oben wird der Kranz wie vorher mit einer Marzipandecke abgedeckt, ſo daß außen herum noch die Hälfte frei bleibt. Den Marzipan beſtreicht man mit rotgefärbter, heißer Aprikoſenmarmelade. Den frei gebliebenen Teil beſtreicht man mit der Kirſchbuttercreme und beſtreut dieſe dann mit gehobelten geröſteten Mandeln. Rundherum garniert man dann mit ſchönen roten Zuckerkirſchen, in die man je eine weiße Mandel geſteckt hat. Solche Mandelkirſchen ſehen beſonders auf geſtaffelter Kranzform ſchön aus.

Buttercreme bereitet man, indem man 125 Gramm Butter mit 125 Gramm Zucker und 2 ganzen Eiern ſchaumig rührt, dazu miſcht man dann nach Bedarf Schlagſahne ſowie den beliebigen Geruch oder Geſchmack. Um die Creme zu verbilligen, gibt man in ½ Liter kochende Milch 75 Gramm in kalter Milch aufgelöſte Maizena, läßt es unter beſtändigem Rühren aufkochen, bis es dick iſt, ſchüttet es in eine Schüſſel, rührt es kalt und gibt nach und nach die ſchaumig gerührte Butter darunter, ſowie die anderweitigen Zutaten. Man braucht dann keine Schlagſahne (Schlagrahm) dazu geben.

Kranz von Sandmaſſe III.

Dieſe wird auf dieſelbe Art bereitet, nur gibt man noch den Saft von 1 Zitrone, 1 Orange und 1 Löffel Maraschino dazu. Dieſen Kranz füllt man zweimal mit Arrakbuttercreme (Buttercreme, der man etwas Arrak beigefügt hat), der man klein geſchnittene Früchte beilegt. Mit der gleichen Creme wird der Kranz beſtrichen und dann ganz dünn mit feiner Konfitüre übergoſſen. Dann formt man aus Kaſtanienpüree und Marzipanmaſſe Kaſtanien, die man in Konfitüre taucht und in kleinen Abſtänden auf den Kranz legt.

Kranz von Sandmaſſe I, II oder III.

Der Kranz wird ſo oft als möglich geſchnitten und mit Schokoladenbuttercreme, der man feingebröckelte Makronen beigegeben hat, gefüllt. Den ganzen Kranz beſtreicht man dann mit Creme, übergießt ihn, wenn dieſe feſt iſt, mit feiner Konfitüre und garniert oben mit Makronen.

Der beliebige Kranz wird dreimal geſchnitten (wenn möglich, ſchneidet man viermal), füllt mit Nugatbuttercreme, der man noch kleine Stückchen Nugat einlegt und beſtreicht dann ganz mit glatter Nugatbuttercreme. Nun füllt man einen Teil Creme in eine Spritztüte und ſpritzt rundherum ovale Häufchen auf den Kranz. Dann übergießt man mit ganz dünnflüſſiger Konfitüre und noch ehe dieſe erſtarrt iſt, macht man mit einem heißen Meſſer in jedes der Häufchen einen Einſchnitt und biegt ſie ſo auseinander, daß das Innere zu ſehen iſt. Die Nugats, die man zur Creme miſcht, werden recht fein gerieben oder geſtoßen.

Nugats.

¼ Kilo Zucker kocht man mit ⅕ Liter Waſſer ſo lange, bis er beim Herausheben mit dem Schaumlöffel und nachherigem Hineinblaſen in den ablaufenden Zucker große Blaſen wirft, gibt dann 125 Gramm Honig dazu, läßt es einmal aufwallen, ſtellt es dann an den Rand des Feuers, bis ſich der Schaum gelegt hat und läßt ſo noch einigemale aufkochen. Wenn die Maſſe ſo dick iſt, daß ein Tropfen davon feſt ſtehen bleibt, gießt man ſie in eine breite tiefe Schüſſel, läßt ſie etwas erkalten, miſcht dann den Schnee von 2 Eiweiß darunter, ſtellt die Schüſſel ſo auf den Herd, daß die Hitze nicht groß, aber gleichmäßig iſt und rührt die Maſſe durch, 1 gute Stunde. Iſt die Miſchung dann dicht, ſo gibt man 200 Gramm Nüſſe, Mandeln oder Haſelnüſſe, die man in 4 bis 8 Teile geteilt hat, dazu, mengt gut durcheinander, ſtreicht dann die Maſſe ſchnell auf ein mit großen Oblaten belegtes Brett, bedeckt oben mit ebenſolchen Oblaten, beſchwert dann leicht mit einem Brett und läßt ſie einige Tage ſtehen, worauf man ſie in länglich viereckige Stücke ſchneidet. (Zum Aufbewahren.)

Kranz von Wiener Maſſe I.

200 Gramm Butter treibt man mit 5 Eigelb ab, gibt dazu 200 Gramm Zucker mit Zitronengeruch, den Schnee der Eiweiß und 200 Gramm Mehl, bäckt die Maſſe in der Kranzform, ſtürzt ſie und läßt ſie erkalten. Der Kranz wird ſo oft wie möglich geſchnitten und mit Aprikoſenmarmelade gefüllt. Vor dem Auflegen tränkt man jedes Blatt mit Arrakläuterzucker. Das innere Drittel des Kranzes belegt man nun mit einem hellorange gefärbten Marzipanring, den freibleibenden Teil beſtreicht man erſt mit Buttercreme und überzieht dieſe dann mit ganz dünnflüſſiger Konfitüre; der Marzipanring wird nun mit halben Kompottaprikoſen, die ganz trocken abgelaufen ſein müſſen, belegt, und zwar mit der Höhlung nach oben. Man belegt möglichſt dicht und gibt in jede Frucht eine große weiße Mandel.

Kranz von Wiener Maſſe II.

Wird wie obiger Kranz gebacken und ſo oft als möglichſt geſchnitten. Dann tränkt man die einzelnen Blätter mit geſäuertem Ananasſaft und füllt dann mit feingeſchnittenen Ananas oder mit Ananasmarmelade. Obenauf kommt wieder eine Decke von Marzipan, die diesmal zwei Drittel des Kranzes von innen heraus bedeckt. Der freibleibende Teil wird mit Aprikoſenmarmelade beſtrichen und dann mit gehobelten und geröſteten Mandeln beſtreut. Darauf legt man geſtaffelt in 8 Teile geſchnittene Ananasſcheiben, rund um den ganzen Kranz, und ſetzt oben auf jede Staffel ½ Zuckerkirſche. Das Ganze, auch den mit Marzipan bedeckten Teil kann man dann noch mit warmer, klarer Aprikoſenmarmelade überziehen.

Kranz mit Pfirſichen.

Dazu nimmt man entweder einen Kranz von Sand- oder Wiener Maſſe. Der Kranz wird geſchnitten und mit Zitronencreme gefüllt. Oben belegt man dicht mit halbierten mittelgroßen Kompottpfirſichen, die Höhlung nach oben, und ſetzt in jede Frucht einen aus Schokoladenmarzipan modellierten Kern. Man kann das Ganze dann noch mit einem flüſſig gemachten Gelee überziehen. Den Schokoladenmarzipan macht man, indem man bei Bereitung von Marzipan dieſem etwas erweichte Schokolade beifügt.

Rouladentorte.

Biskuitteig herſtellen, Torte backen, wenn erkaltet durchſchneiden, eine Hälfte mit Marmelade oder Gelee beſtreichen, zweite Hälfte darauflegen, obenauf wieder dünn geſtrichene Marmelade geben und die Torte mit ſchräg geſchnittenen Biskuitrouladeſtreifen (kleine Rouladen) formgerecht belegen.

Erdbeerbuttercremtorte.

Biskuitteig bereiten wie folgt: 6 Eigelb, 6 Eiſchnee, ¼ Kilo Zucker, 200 Gramm Mehl, Schale einer Zitrone.

Mandelcrem zum Füllen: 150 Gramm Butter, 200 Gramm Puderzucker, 200 Gramm geſchälte geriebene Mandeln, 4 Eigelb, ⅛ Liter Schlagrahm, zum Schlagen 2 Eßlöffel Arrak zugeben.

Erdbeercrem zum Überziehen: ½ Kilo Walderdbeeren, 200 Gramm Zucker, 8 Bl. rote Gelatine, ⅛ Liter Schlagrahm.

Zubereitung: Zur Erdbeercreme werden Walderdbeeren durch ein Haarſieb geſtrichen, Zucker dazu gegeben. Gelatine in wenig heißem Waſſer aufgelöſt untermiſcht und dieſe Maſſe unter den ſteifen Schlagrahm gemengt. Die Creme kann man auch auf gebackenen Mürbeteigboden geben.

Zur Torte Biskuitteig backen, durchſchneiden, mit Mandelcreme füllen (hiezu werden alle Zutaten kalt zuſammengerührt). Seitenwände der Torte mit Schlagrahm beſtreichen, die Oberfläche mit Erdbeercreme überziehen und mit friſchen Ananaserdbeeren und nach Belieben mit Schlagrahm verzieren.

Ananasbuttercremtorte

wird ebenfalls wie Biskuitteig vorbereitet und gebacken. Die Torte wird geteilt, mit feiner Buttercreme, der Ananasſtückchen untermiſcht ſind, gefüllt, beliebig verziert.

Reine Buttercreme zur Fülle: 125 Gramm Butter, 175 Gramm Puderzucker, 1 Eßlöffel Arrak, 3 Eigelb, Geſchmackszutaten je nach der Art der Früchte, ſonſt nur Vanillezucker mit 2 Eßlöffel Arrak oder Kaffee-Extrakt, oder Kaffee und Vanillezucker, oder Croquant (gebrannter Zucker).

Zubereitung: Schaummaſſe aus Butter, Eigelb und geſiebtem Puderzucker herſtellen, mit beliebiger Geſchmackszutat abſchmecken.

Makronentorte.

Makronenmaſſe: 750 Gramm ſüße Mandeln, 60 Gramm bittere Mandeln, 750 Gramm feinen Zucker, 8 Eiweiß.

Zubereitung: Mandeln zweimal durch die Maſchine geben (feine Maſchine), mit Zucker und 1 Eiweiß auf Feuer erwärmen, bis Maſſe gut hält. Dann Schnee der 7 Eiweiß darunterſchlagen. Oblaten mit Waſſer aneinanderkleben in Größe einer Springform. Gut die Hälfte des Teiges darauf ausſtreichen, bei ſchwacher Hitze backen. Vom Reſt des Teiges in die Straubenſpritze füllen (Roſetteneinſatz), Gitter oder Rollen auf fertigen Boden ſpritzen, bei Oberhitze backen. Vor dem Backen Zwiſchenräume der Gitter oder Rollen mit Seidenpapier ausſtopfen. Nach dem Backen Papier herausnehmen und in die Zwiſchenräume feine Aprikoſenmarmelade ſpritzen. Die Außenſeite der Torte mit geröſteten Mandelblättchen belegen. Vorher ebenfalls mit Marmelade dünn beſtreichen.

Schwarzwälder Kirſchtorte.

Zu 60 Gramm leicht gerührter Butter gibt man nach und nach 100 Gramm Zucker, 4 Eidotter, rührt dies zu einer recht ſchaumigen Maſſe. Dann werden 50 Gramm geriebene Mandeln, etwas Zimt, Nelken, das Abgeriebene einer Zitrone, 30 Gramm Zitronat fein gewiegt, 1 abgerundetes eingeweichtes, gut ausgedrücktes Weißbrot (zerkleinert), dann noch 50 Gramm Mehl, der Eiſchnee und zuletzt 500 Gramm entkernte Kirſchen (friſche oder ſteriliſierte) leicht darunter gezogen. Die Maſſe wird in eine dick mit Butter beſtrichene, mit feinem Weckmehl beſtreute Form gefüllt, ſofort in heißem Ofen gebacken.

Verzierung: Steife Buttercreme in Gitter geſpritzt. Rand mit kandierten Kirſchen oder ſonſtigen Früchten umlegen.

Weihnachtsgebäck

Haſelnuß-Makronen. 2 Eiweiß, 125 Gramm Zucker, 125 Gramm geriebene Haſelnüſſe, etwas Zitronenſaft, eventuell einige halbierte Haſelnüſſe.

Eiweiß zu Schnee ſchlagen, die geriebenen Haſelnüſſe und 1 bis 2 Kaffeelöffel Zitronenſaft dazu geben und fertig ſtellen wie die übrigen Makronen.

Mandel-Makronen. 170 Gramm geriebene, geſchälte Mandeln, 170 Gramm Zucker, 3 Eiweiß.

Eiweiß mit dem fein geſiebten Zucker verrühren, Maſſe auf Dampf mit dem Schneebeſen ſchlagen, bis dieſelbe dick erſcheint. Mandeln und Zitronenſaft zugeben und Makronen fertig ſtellen, wie die übrigen Arten.

Kokos-Makronen. 125 Gramm Kokosflocken, 2 Eiweiß, 60 Gramm Zucker, runde Oblaten.

Eiweiß zu Schnee ſchlagen, Zucker langſam einſchlagen, Kokosflocken untermiſchen, mit Löffel kleine Häufchen auf Oblaten ſetzen und im Rohr bei ſchwacher Hitze 25 Minuten backen.

Kokos-Makronen (II. Art). 3 Eiweiß zu ſteifem Schnee, 150 bis 200 Gramm Zucker, 125 Gramm Kokosflocken, Saft ½ Zitrone.

Zum ſteifen Schnee langſam Zucker geben, Kokosflocken und Zitronenſaft (Saft durchſeihen) beigeben, auf gepudertes Blech kleine Häufchen ſetzen, dieſelben roſa oder ſchwarz (roſa mit Speiſefarbe, ſchwarz mit Schokoladepulver) färben, mit Angelika verzieren. (Sehr ſchwache Hitze.)

Hagebutten-Makronen. 5 Eiweiß, 375 Gramm Zucker, 1 Rippe geriebene Schokolade, 1 Eßlöffel Hagenbuttenmark, ¼ Kilo geſchälte, geriebene Mandeln.

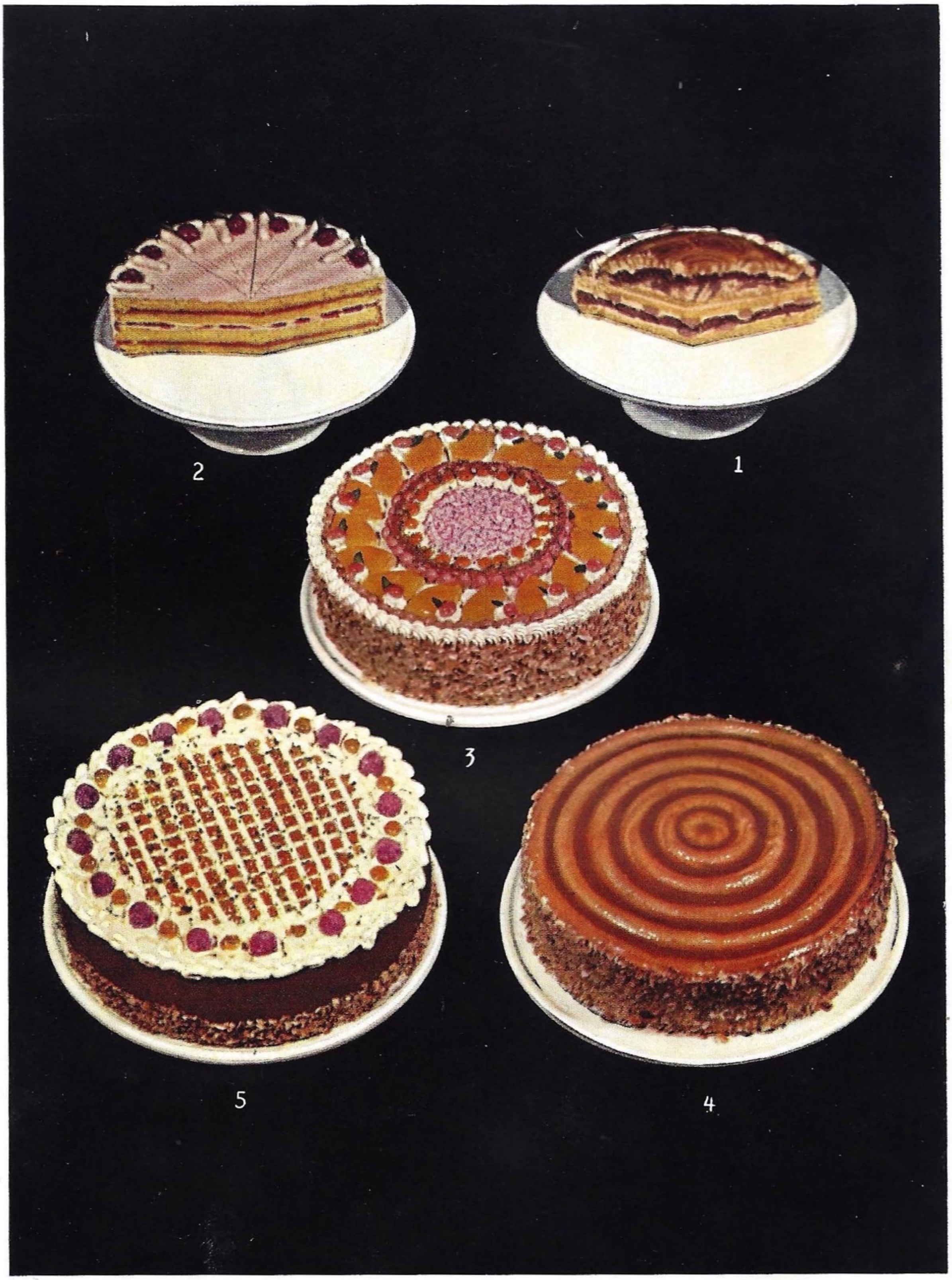
Eiweiß zu Schnee ſchlagen, mit Zucker ſchaumig rühren, Schokolade und Hagebuttenmark dazu. Von dieſer Maſſe 1 Taſſe voll beiſeite tun; zu der Hauptmaſſe die geriebenen Mandeln geben, Makronen formen, in dieſe eine Mulde eindrücken und die zurückbehaltene Maſſe hineinfüllen.

Haſelnußſchnitten. 4 Eiweiß, ¼ Kilo Zucker, 1 kleine Stange Vanille, 125 Gr. geriebene Mandeln, 125 Gramm geriebene Haſelnüſſe, etwas Mehl zum Auswellen.

Eiweiß zu Schnee ſchlagen, mit Zucker und Vanille ¾ Stunden rühren, davon 2 Eßlöffel zurückbehalten zur Glaſur. Zur Hauptmaſſe die Mandeln und Haſelnüſſe geben, auf dem Backbrett mit möglichſt wenig Mehl gut verarbeiten und auswellen. Den Teig in gerade oder verſchobene Rechtecke radeln oder ſchneiden, backen und mit der zurückbehaltenen Maſſe glaſieren.

Grieß-Makronen. ¼ Liter heiße Milch, Priſe Salz, 25 Gramm Zucker, 25 Gr. Butter, ½ Zitronengelb, 100 Gramm Grieß, 1 Ei.

In die heiße Milch Salz, Zucker und Zitronengelb und die Butter geben, aufkochen laſſen, den Grieß trocken einrühren, im Waſſerbad abkühlen, 1 Ei zu dem



1. Rouladentorte, 2. Erdbeerbuttercremetorte, 3. Ananasbuttercremetorte, 4. Makronentorte, 5. Schwarzwälder Kirschtorte

ſehr feſten Teig mengen. Von der erkalteten Maſſe kleine Häufchen auf das gut gewachſte Blech ſetzen. In die Häufchen nach Belieben eine Mulde drücken, eine Kirſche oder etwas Marmelade hineingeben und ½ Stunde goldgelb backen.

Zimtſterne. 6 Eiweiß, 375 Gr. feinen Zucker, Saft 1 kleinen Zitrone, 375 Gr. fein gewiegte Mandeln, 20 Gramm feinen Zimt.

Die Eiweiß zu Schnee ſchlagen, mit dem Zucker und dem Zitronenſaft ½ bis ¾ Stunde rühren. Von dieſer Maſſe ein paar Eßlöffel zum Guß beiſeite tun, das übrige mit den Mandeln und dem Zimt gut verarbeiten, auswellen und mit in Zucker getauchter Sternform ausſtechen, zuletzt mit Guß beſtreichen und backen. Man kann den Guß auch hellroſa färben.

Merenken (Merinquen) deutſche Art. 4 Eiweiß, ¼ Kilo Zucker, ½ Liter Schlagrahm.

4 Eiweiß zu ſehr ſteifem Schnee ſchlagen, die Hälfte des Zuckers langſam einſchlagen, die andere Hälfte loſe untermiſchen. Von der Maſſe ſetzt man mit 2 Löffeln eiförmige Klöße auf ein naſſes zuckerbeſtreutes Blech und bäckt ſie in ſchwacher Hitze hellgelb. Dann nimmt man ſie vorſichtig weg, entfernt mit einem Holzlöffelſtiel das Weiße oder drückt es mit einem naſſen Kaffeelöffel ein und läßt ſie auf einem Kuchengitter innen trocknen. (In ganz leichter Hitze.) Vor dem Gebrauch füllt man ſie mit Schlagrahm, der mit Zucker je nach Geſchmack geſüßt iſt und ſetzt je zwei paſſende Hälften (paſſende Schalen) zuſammen. Die Merenken können noch nach Fertigſtellung ſehr ſchön mit Schlagrahm beſpritzt werden.

Mandelbrot. ¼ Kilo Mandeln, ¼ Kilo Haſelnüſſe, 200 Gramm Butter, 20 Gr. Zucker, 1 Zitrongelb, 4 Eigelb, 1 Eiweiß, Zucker und Zimt.

Alle Zutaten gut verarbeiten, zwei Meſſerrücken dick auswellen, fingerlange und fingerbreite Streifen ſchneiden, dieſe mit Eiweiß beſtreichen, mit Zucker und Zimt beſtreuen und hellgelb backen.

Rahmplätzchen. 100 Gramm Butter, 1 Ei, ¼ Kilo Zucker, 3 Eßlöffel ſauren Rahm, 1 Vanillezucker, ½ Kilo Mehl, ½ Paket Backpulver.

Butter ſchaumig rühren, Zucker, Ei, übrige Zutaten beigeben, Teig kneten, dünn auswellen, Kleingebäck ausſtechen, auf bemehltes Backblech ſetzen und bei Mittelhitze 5 Minuten backen.

Billige Haferflockenplätzchen. 1 Ei, 125 Gramm Zucker, 40 bis 60 Gramm Butter, 6 Eßlöffel Milch, 125 Gramm Haferflocken, 3 bis 4 Eßlöffel Mehl, 1 Vanillin, 1 gute Meſſerſpitze Backpulver.

Butter ſchaumig rühren, Ei, Zucker und Gewürz mitrühren, die übrigen Zutaten dazu miſchen, Plätzchen wie Anisplätzchen formen und hellgelb backen.

Billige Gewürzbrötchen. 2 Eier, 180 Gramm Zucker, 4 Eßlöffel warmes Waſſer, Zitrongelb, kleine Meſſerſpitze Nelken, ½ Kilo Mehl, 1 Backpulver.

Eier, Zucker und Waſſer verrühren, Gewürz dazu, das mit dem Backpulver vermengte Mehl darunter arbeiten, kleine Brötchen formen, in die man 2 ſchräge Einſchnitte macht, und hellgelb backen.

Marzipanplätzchen. ½ Kilo ſüße Mandeln, 15 Gramm bittere Mandeln, 500 Gramm geſiebten Puderzucker, 1 bis 2 Eßlöffel Roſenwaſſer.

Mandeln über Nacht in kaltem Waſſer einweichen, am nächſten Tag ſchälen und mit ſauberem Tuch trocknen, mit dem Puderzucker durch die Mandelmühle geben, bis ſie ganz fein ſind, Roſenwaſſer beigeben und Maſſe auf dem Feuer rühren, bis ſie ſich zuſammenballt und ziemlich trocken iſt. Die erkaltete Maſſe nochmals durch die Mandelmühle geben und gut durchkneten. Teig auf Nudelbrett auswellen und mit Marzipanholz Formen ausſtechen. Das Mehl abpinſeln, über Nacht ſtehen laſſen und bei mäßiger Hitze 30 Minuten backen.

Gewürzmarzipan. 5 Eier, 500 Gramm Zucker, Saft 1 Zitrone, 1 Eßlöffel Zimt, Schale 1 Zitrone, 120 Gramm Mondamin, 625 bis 750 Gramm Mehl, 125 Gramm gewiegtes Orangeat und Zitronat, ⅓ geſtrichenen Kaffeelöffel Backpulver, 1 geſtrichenen Eßlöffel Arrak.

Eier und Zucker ½ Stunde rühren, übrige Zutaten beigeben, zum Schluß Backpulver und Arrak; Teig ½ Stunde ruhen laſſen, auswellen (nicht zu dünn), Formen ausſtechen, das Mehl abpinſeln und über Nacht im warmen Raum ruhen laſſen. Bei geringer Hitze 25 Minuten backen.

Schokoladebrezeln. 50 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 25 Gramm Kakao, 1 Ei, ¼ Kilo Mehl, 1 Eßlöffel Milch.

Butter ſchaumig rühren, Zucker, Ei, übrige Zutaten langſam beigeben, Teig kneten, Brezeln formen, auf gebuttertes und bemehltes Backblech ſetzen und bei Mittelhitze 10 Minuten backen.

Schokoladetörtchen. 125 Gramm geriebene Schokolade, 30 Gramm gewiegtes Zitronat, 65 Gramm geriebene, geſchälte Mandeln, 125 Gramm geſiebten Puderzucker, 2 bis 3 Eßlöffel Waſſer, 25 Gramm Butter, 65 Gramm geriebene, ungeſchälte Mandeln.

Schokolade, Mandeln und Zitronat vermiſchen; Zucker und Butter öfters aufkochen laſſen und mit der Maſſe verrühren, in mit Mandelöl beſtrichene Formen geben, über Nacht ſtehen laſſen und ſtürzen. In Stanniolpapier wickeln oder mit Schokoladeglaſur überziehen.

Buttergebäck.

Butterkeks. 2 bis 3 Eier, ¼ Kilo Zucker, 60 Gramm Butter, ½ bis ¾ Kilo Mehl, ½ Stange Vanille oder Zitrongelb, ½ Taſſe Milch, 1 kleine Meſſerſpitze Hirſchhornſalz.

Butter verrühren, mit Zucker und Eiern gut vermengen, Vanille oder Zitrone und das in der Milch aufgelöſte Triebſalz dazu. Zuletzt nach und nach das geſiebte Mehl darunter und den Teig gut abarbeiten, auswellen und mit der Keksform ausſtechen oder mit einem Trinkglas, und dann die Plätzchen mit einem Reibeiſen etwas eindrücken.

Gebackene S. ¼ Kilo Butter, 6 Eigelb, 125 Gramm Zucker, 375 Gramm Mehl, 2 Eiweiß, Kriſtallzucker.

Butter rühren, Zucker und Eigelb dazu und das Mehl darunter arbeiten. Den Teig auswellen und mit der S-Form ausſtechen. Eiweiß zu Schnee ſchlagen, die S hineintauchen, dann in Kriſtallzucker und lichtgelb backen.

Billiges Spritzgebackenes. 125 Gramm Butter, 3 Eier, ½ Kilo Zucker, 1 Vanillin, 1 Meſſerſpitze Hirſchhornſalz, ¼ Liter Milch oder Rahm, ¾ bis 1 Kilo Mehl.

Butter, Eier und Zucker ſchaumig rühren, Vanille und das in der Milch aufgelöſte Triebſalz, und zuletzt nach und nach das Mehl zugeben. Der Teig bleibt weich und wird mit Hilfe von etwas Mehl in die Spritze gefüllt, in Ringe, S, Hufeiſen oder Stäbe geformt und hellgelb gebacken.

Feines Spritzgebackenes (Butter-S). 2 Eier, 1 Kilo Mehl, 625 Gramm Butter, ½ Kilo Zucker, ¼ Kilo geriebene Mandeln, 1 Stange Vanille.

Alles zuſammen auf dem Backbrett verarbeiten, in die Spritze füllen, S oder Ringe oder Buchſtaben formen und hellgelb backen. (Spitzen des Gebäckes in Kuvertüre vorbereitete Überzugmaſſe tauchen.)

Ausgeſtochenes Buttergebäck. ¼ Kilo Butter, ¼ Kilo Zucker, 2 Eier, 4 Eigelb, 1 Vanillin, 125 Gramm geſchälte, geriebene Mandeln, ¾ Kilo Mehl, Zucker und Mandeln zum Beſtreuen.

Butter ½ Stunde rühren, 2 ganze Eier und 4 Eigelb und Vanille oder Zitronengelb darunter rühren. Mandeln und Mehl dazu, auswellen, mit allerlei Backformen ausſtechen, über Nacht ſtehen laſſen. Ehe ſie in den Ofen kommen, mit Eigelb beſtreichen, in Zucker und gehackte Mandeln tauchen und gelb backen.

Vanillehörnchen. ¼ Kilo Mehl, 125 Gramm ungeſchälte, geriebene Mandeln, ¼ Kilo Butter, 125 Gramm Zucker, Vanillezucker zum Wälzen.

Mürbeteig bereiten, mit kalten Händen Hörnchen formen, bei raſcher Hitze 5 bis 10 Minuten backen und noch heiß in Vanillezucker wenden.

Zimtwaffeln. ¼ Kilo Butter, 375 Gramm Zucker, ½ Kilo Mehl, 4 Eier, 15 Gramm Zimt, etwas Roſenwaſſer, 1 kleine Meſſerſpitze Nelken.

Butter mit Zucker und Eiern ſchaumig rühren, die übrigen Zutaten dazu miſchen. Der Teig muß ſich zu kleinen Kugeln formen laſſen. Am beſten läßt man ihn über Nacht ſtehen, formt dann die Kugeln und bäckt die Waffeln im Zimtwaffeleiſen. Die Kugeln müſſen ſo klein ſein, daß der Teig jeder Kugel eines der Waffeleiſenfelder ausfüllt, aber nicht darüber hinausläuft. Man macht daher am beſten erſt eine Probekugel.

Albert-Keks. 125 Gramm Butter, 4 Eier, ¾ Kilo Mehl, 1 Backpulver, 1 Vanillezucker, 125 Gramm Zucker.

Butter ſchaumig rühren, Eier, Zucker, Vanillezucker und Backpulver mit wenig Mehl vermiſcht zugeben, mit dem Reſt des Mehles abkneten, auf Nudelbrett dünn auswellen, Kleingebäck ausſtechen und bei Mittelhitze 10 Minuten hell backen.

Kleienbrot. ¼ Kilo Mehl, 200 Gramm Butter, 125 Gramm Mandeln, 125 Gramm Zucker, 6 Eigelb, 60 Gramm geſchälte, gehackte Mandeln, 60 Gramm Zucker, 1 Meſſerſpitze Zimt, Eigelb zum Streichen.

Mehl, Butter, geſchälte und geriebene Mandeln, Zucker und die 6 Eigelb zu einem Teig kneten, zweimeſſerrückendick auswellen, runde Plätzchen ausſtechen, mit verquirltem Ei oder Eigelb beſtreichen und mit den geſchälten, gehackten Mandeln, Zucker und Zimt beſtreuen und lichtgelb backen.

Schaum-Konfekt. 4 Eiweiß, 280 Gramm fein geſiebten Puderzucker, etwas Vanille.

Eiweiß, Zucker und Vanille verrühren, Maſſe im Waſſerbad mit Schneebeſen ſchlagen, bis ſie dickflüſſig und weiß erſcheint (etwa 10 Minuten). Maſſe in Spritzſack füllen, auf trockenes Papier hübſche Formen ſpritzen und Gebäck im warmen Raum über Nacht ſtehen laſſen, oder bei ſchwacher Hitze im Rohr trocknen. Dann das Papier auf naſſes Brett legen, bis ſich das Gebäck ablöſt.

Marzipan-Gebäck (Springerle). 280 Gramm Mehl, 280 Gramm Puderzucker, 2 kleine Eier, 1 bis 2 Eßlöffel Roſenwaſſer, abgeriebene Schale von ½ Zitrone.

Zucker und Eier 1 Stunde ſchaumig rühren, die geriebene Schale ½ Zitrone und das Mehl mit 2 Eßlöffel Roſenwaſſer dazu geben, das letzte Viertel des Mehles unterkneten. Teig 1 bis 2 Stunden zugedeckt ruhen laſſen, Teig nicht zu dünn ausrollen, mit Marzipanholz Formen eindrücken, abradeln. Gebäck über Nacht im warmen Raum auf bemehltem Brett abtrocknen laſſen. Am anderen Tag auf bewachſtes Backblech ſetzen und bei ſchwacher Hitze 30 Minuten hell backen.

Anis-Plätzchen. 3 Eier, 1 Eßlöffel Anis, ¼ Kilo Mehl, ¼ Kilo Zucker.

Eier und Zucker ½ Stunde ſchaumig rühren, Anis und das geſiebte Mehl dazu geben; mit 2 Kaffeelöffeln kleine Häufchen auf bewachſtes Blech ſetzen, über Nacht in einem warmen Raum ſtehen laſſen und bei Mittelhitze 30 Minuten hell backen. (Müſſen Füßchen bekommen.)

Zitronenlaiberl. 150 Gramm Butter, 3 Eier, 325 Gramm Zucker, ½ Kilo Mehl, Schale und Saft 1 Zitrone.

Butter ſchaumig rühren, Eier, Zucker, Mehl, Zitronenſaft und Zitronenſchale beigeben, ſteifen Teig herſtellen, mit Löffel Häufchen auf ein Backblech ſetzen und bei Mittelhitze 10 Minuten hellgelb backen.

Zuckerwerk.

250 Gramm Mehl, 180 Gramm Zucker, Butter und 2 Eier werden zu einem Teig verarbeitet, ½ Zentimeter dick ausgerollt, beliebige Formen ausgeſtochen und bei mäßiger Hitze gebacken.

Spekulatius. ¼ Kilo Mehl, 125 Gramm Zucker, 3 Gramm Zimt, 65 Gramm geſchälte, geriebene Mandeln, ½ fein gewiegte Zitronenſchale, 1 Ei, 125 Gramm Butter, 1 Kaffeelöffel Rum, 2 geſt. Nelken, etwas Kardamom.

Blätterteig bereiten, 1 Stunde kalt ruhen laſſen, auswellen, Kleingebäck ausſtechen, auf vorbereitetem Backblech 10 bis 15 Minuten backen.

Billige Lebkuchen. ½ Kilo Kunſthonig oder Sirup, 125 Gramm Zucker, 1 Teelöffel Zimt, 1 Meſſerſpitze Nelken und Pfeffer, 1 Backpulver, ½ Kilo Mehl.

Honig ſchmelzen, alle übrigen Zutaten dazu verarbeiten, auf ein Blech ſtreichen, backen und noch warm ſchneiden oder den Teig auswellen, mit Herz- oder Lebkuchenformen ausſtechen und backen.

Eliſen-Lebkuchen. ½ Kilo Zucker, 4 Eier, ½ Kilo ungeſchälte, geriebene Mandeln, 85 Gramm Pomeranzenſchale, 1 abgeriebene Zitrone, etwas Muskat.

Zucker mit Eiern ¾ Stunden ſchaumig rühren, nach und nach die übrigen Zutaten beigeben, Maſſe auf runde oder viereckige Oblaten gleichmäßig aufſtreichen, bei ſchwacher Hitze ¾ Stunden backen. (Lebkuchen mit Mandeln und Zitronat verzieren, vor dem Backen oder nach dem Backen glaſieren.)

Zur Glaſur (weiß). 125 Gramm geſiebten Puderzucker, 1 Eiweiß, 2 Eßlöffel Roſenwaſſer.

Puderzucker und Eiweiß ſchaumig rühren, Roſenwaſſer dazu geben.

Zur Schokoladenglaſur. 125 Gramm Kuvertüre, 200 Gramm geſiebten Puderzucker, 3 bis 4 Eßlöffel Waſſer, haſelnußgroßes Stück Butter.

Die Kuvertüre im Waſſerbad zergehen laſſen, nicht zu warm ſtellen, Butter dazu geben; Puderzucker ſieben und mit Waſſer verrühren, zur aufgelöſten Kuvertüre geben. Glaſur ſofort verwenden. Wenn zu dick, noch 1 Tropfen Waſſer beigeben.

Basler Leckerle. ½ Kilo Honig, ¼ Kilo Zucker, ¼ Kilo ungeſchälte, gewiegte Mandeln, 45 Gramm Zitronat, 4 Gramm Nelken, etwas Muskatnuß, 625 Gramm Mehl.

Honig und Zucker miteinander aufkochen laſſen, unter ſtetem Rühren Mehl darauf ſieben und abwechſlungsweiſe die übrigen Zutaten beigeben. Teig ½ bis 1 Stunde gehen laſſen. Auf Brett Teig ½ Zentimeter dick ausrollen und längliche, viereckige Stücke ausſtechen. Auf gebuttertem Blech bei Mittelhitze 30 Minuten backen. Nach dem Erkalten glaſieren und verzieren.

Frankfurter Brenten.

Fertige Marzipanmaſſe auf gemehltem Blech fingerdick ausrollen, dann mit Marzipanform Figuren ausſtechen, die Figuren ausſchneiden, auf gefettetem Blech hellgelb backen. Verwendet man fertige Marzipanmaſſe, ſo rechnet man: 320 Gramm Marzipanmaſſe, 190 Gramm geſiebten Puderzucker, eventuell 1 Eiweiß, 25 Gramm Mehl, 1 Kaffeelöffel Roſenwaſſer. Mit dieſen Zutaten die fertige Marzipanmaſſe verkneten, verwenden, wie zuerſt angegeben.

Lebkuchenherzen. 50 Gramm Butter, 50 Gramm Zucker, ¼ Kilo Honig oder Kunſthonig, 2 Eier, 1 Eßlöffel Zimt, 1 Priſe Nelken, Schale 1 Zitrone, 1 Priſe Pfeffer, 1 bis 2 Eßlöffel Milch, 1 Priſe Kardamom, ½ Backpulver, 375 bis 500 Gramm Mehl, 50 Gramm gewiegtes Zitronat, 50 Gramm gewiegtes Orangeat.

Honig zerlaſſen, Butter, Eier, Zucker ſchaumig rühren, genannte Zutaten und Honig langſam zugeben, Teig kneten, nicht zu dünn auswellen; Herzen formen (ausſtechen), auf bewachſtes Backblech ſetzen, mit wenig Waſſer beſtreichen, bei Mittelhitze 10 Minuten hell backen, noch warm abnehmen, wenn erkaltet, mit roſa Glaſur oder Schokoladenglaſur überziehen. (Glaſur ſiehe Eliſen-Lebkuchen.)

Feine Lebkuchen. 375 Gramm Honig, 375 Gramm Zucker, 125 Gramm Mehl und noch 375 Gramm Mehl, ¼ Kilo ſüße Mandeln, 30 Gramm bittere

Mandeln, 1 Teelöffel Zimt, ½ Teelöffel Nelken, ½ Teelöffel Piment, ½ Teelöffel Kardamom, ½ Teelöffel Hirſchhornſalz, 15 Gramm Pottaſche, in 2 Eßlöffel Roſenwaſſer aufgelöſt.

Honig und Zucker zuſammen erwärmen und in das mit den geriebenen Mandeln und den Gewürzen gemiſchte Mehl geben, gut durcharbeiten, Teig kalt ſtellen, die aufgelöſte Pottaſche dazu geben, gut durchkneten, wenn nötig, noch Mehl darunter geben, auswellen, ausſtechen und bei Mittelhitze backen.

Weiße Pfeffernüſſe. ½ Kilo Zucker, 5 Eier, 15 Gramm Zimt, 5 bis 8 Gramm geſtoßene Nelken, 1 Meſſerſpitze weißen Pfeffer, 30 bis 60 Gramm geſchnittenes Zitronat, 30 bis 60 Gramm geſchnittenes Orangeat, 1 Zitronengelb, ½ Kilo Mehl.

Zucker und Eier ½ Stunde rühren, alle Zutaten und zuletzt das Mehl darunter arbeiten, gut fingerdick auswellen und mit der Pfeffernußform Plätzchen ausſtechen. Dieſelben müſſen 1 Tag und 1 Nacht im warmen Raum ſtehen, werden dann alle auf die andere Seite gedreht, mit Arrak betupft und in gutem Ofen gebacken. Trocknen ſie nicht lange genug oder werden nicht umgedreht, ſo bekommen ſie nicht die an der befeuchteten Stelle beim Backen ausquellenden Hütchen.

Dunkle Pfeffernüſſe. ¼ Kilo Honig, 125 Gramm Zucker, 15 Gramm Butter, 20 Gramm Mandeln, geriebene Schale 1 Zitrone, ½ Teelöffel Zimt, 1 Priſe Kardamom, 1 Priſe weißen Pfeffer, 5 Gramm geſtoßene Nelken, 375 Gramm Mehl, 4 Gramm Pottaſche in wenig Roſenwaſſer aufgelöſt.

Honig, Butter und Zucker an der Herdſeite erwärmen, die geriebenen, geſchälten Mandeln, Gewürze, Mehl und die aufgelöſte Pottaſche beigeben, Teig kneten, ziemlich dick auswellen, kleine Nüßchen ausſtechen, dieſe 1 bis 2 Tage ſtehen laſſen; Gebäck wenden, mit etwas Arrak beſtreichen und bei Mittelhitze 20 Minuten backen.

Spitzbuben. 200 Gramm Butter, 140 Gramm Zucker, 2 Eigelb, 4 hart gekochte Eigelb, 250 bis 300 Gramm Mehl, die Schale ½ Zitrone, wenn nötig 1 Eßlöffel Milch. Zum Füllen Marmelade.

Butter, Zucker und Eigelb ſchaumig rühren, die harten Eigelb durch ein Sieb ſtreichen, alles miſchen und verkneten, kalt ſtellen. Verſchieden große Plätzchen ausſtechen und auf gefettetem Blech backen. Nach dem Backen turmartig mit Marmelade aufeinander ſetzen und mit Puderzucker beſieben.

Mandelbutterzeug. 190 Gramm Butter, 2 Eier, 250 Gramm Zucker, 1 Priſe Nelken, die Schale ½ Zitrone, 1 Priſe Zimt, Kardamom, 190 Gramm geſchälte, geriebene Mandeln, 375 Gramm Mehl, 1 Eßlöffel Arrak, 1 Meſſerſpitze Backpulver, zum Beſtreichen 1 Eigelb.

Butter, Zucker und Eier ſchaumig rühren. Das übrige dazu. Gut verkneten, ruhen laſſen und dann mit Formen ausſtechen.

Kaſtanien-Konfekt. ½ Kilo Kaſtanien, ¼ Liter Milch, ¼ Stange Vanille, 1/16 Liter Waſſer, 125 Gramm Zucker, 100 Gramm Butter, 1 Eßlöffel Kakao, zum Spicken etwas Mandeln.

Kaſtanien mit der Schale kochen, beide Schalen entfernen, dann mit Milch und

Vanille zum Brei kochen, durch ein Sieb ſtreichen, 1/16 Liter Waſſer und 125 Gramm Zucker ſirupartig einkochen, etwas zu dem Kaſtanienbrei geben. Von dieſer Maſſe kann man Kugeln formen, die man in Vanillezucker umdreht oder in geriebener Schokolade. Zu Kaſtanienkonfekt rührt man 100 Gramm Butter ſchaumig, gibt den kalten, fertigen Kaſtanienbrei zur Butter, gibt Kakao dazu, ſpritzt auf gefettetes Blech Figuren, die man mit Mandeln ſpickt. Nur trocknen laſſen. Nicht backen, auch in Papierkäſtchen zu ſpritzen.

Chriſtbaumkonfekt. 70 Gramm Butter, 2 Eier, 125 Gramm Zucker, Schale einer Zitrone oder 1 Vanillezucker, 375 Gramm Mehl, ½ Backpulver.

Butter, Zucker und Eier ſchaumig rühren, das übrige dazu, mit verſchiedenen Formen ausſtechen, auf gefettetem Blech hellgelb backen, anderen Tags garnieren.

Falſches Butterbrot. 100 Gramm Butter, 140 Gramm Zucker, 1 Ei, 120 Gramm geriebene, geſchälte Mandeln, 120 Gramm Mehl, 120 Gramm geriebene Schokolade.

Butter, Zucker, Ei ſchaumig rühren, das übrige dazu, den Teig verkneten, eine dicke Rolle formen, Butterbrote ſchneiden, auf gemehltem Blech bei nicht zu ſtarker Hitze backen. Zur Glaſur: 250 bis 375 Gramm geſiebten Puderzucker, 4 Eigelb, 1 Vanille oder Vanillezucker (Vanille mit Zucker ſtoßen und ſieben), gut rühren. Das fertige Brot glaſieren, im Rohr bei wenig Hitze trocknen.

Marzipanmaſſe (käufliche). ¼ Kilo Marzipanmaſſe, 125 Gramm geſiebten Puderzucker, 1 Eßlöffel Zitronenſaft oder Roſenwaſſer und 1 Eiweiß.

Die fertige (käufliche) Marzipanmaſſe mit den Zutaten verkneten, dann nach Belieben ausrollen.

Marzipanmaſſe (ſelbſt herſtellen). ½ Kilo ſüße Mandeln, 15 Gramm bittere Mandeln, 500 Gramm geſiebten Puderzucker, 1 bis 2 Eßlöffel Roſenwaſſer.

Die Mandeln über Nacht in kaltes Waſſer einweichen, am nächſten Tage abziehen, in ſauberem Tuche trocken reiben, mit dem Puderzucker 5 mal durch die Mandelmühle geben, bis ſie ganz fein ſind, dann gibt man das Roſenwaſſer dazu, rührt die Maſſe auf dem Feuer, bis ſie ſich zuſammenballt und ziemlich trocken iſt. Erkaltet, gibt man die Marzipanmaſſe nochmals durch die Mandelmühle und knetet gut durch. Nicht zu lange auf dem Feuer rühren.

Quitten-Paſte. Zur Quitten-Paſte verwende man Quittenäpfel, keine Quittenbirnen, auf ½ Kilo Quittenmark ½ Kilo Zucker und Saft einer Zitrone.

Die Quitten waſchen, Blüte und Stiel entfernen, mit Kernhaus und Schale in Stücke ſchneiden, mit wenig kaltem Waſſer bedeckt langſam zum Kochen aufſetzen, zerkochen und durch ein Sieb ſtreichen. Die Maſſe abwiegen, zu ½ Kilo Mark ½ Kilo Zucker geben, ſo lange kochen, bis die Maſſe breit vom Löffel fällt, dann in mit Mandelöl ausgeſtrichene Förmchen füllen, andern Tags ſtürzen oder die fertige Maſſe auf mit Mandelöl beſtrichene Porzellanplatten gießen. Nach dem Erkalten ſtürzen und Formen ausſtechen. Man kann die Maſſe auch nach Hälfte der Kochzeit mit dem Zucker mit roter Speiſefarbe miſchen. Praktiſcher iſt es, die Paſte in Kettenflugzucker zu kochen, d. h. das Obſtmark wird erſt allein gekocht, dann wird das eingekochte Mark zum Kettenflugzucker gegoſſen. — Zum Kettenflugzucker gibt man auf ½ Kilo Zucker ¼ Liter Waſſer, läßt den Zucker ſich an der Herdſeite löſen, kocht ohne Umrühren ſo lange, bis bei der Probe mit einem Schneebeſen ſich ſeifenblaſenartige Flocken bilden. Von vielerlei Obſt kann man auf dieſe Weiſe Paſten herſtellen, z. B. von Äpfeln, Johannisbeeren und Brombeeren. Paſten laſſen ſich nur herſtellen, wenn pro 1 Kilo 1 bis 5 Prozent Säure vorhanden iſt und 2 Prozent Gelierſtoff (Pektin) und mindeſtens 50 Prozent Zucker, alſo ½ Kilo auf ½ Kilo. Apfelpaſte gleiche Herſtellung wie Quittenpaſte. Will man ſehr helle Paſte haben, ſo ſchält man die Äpfel. Dieſe müſſen unreif ſein.

Dattelfeigen-Paſte.

½ Kilo Datteln und ½ Kilo Feigen werden mit heißem Waſſer ſchnell gewaſchen. Auf einem Sieb trocknen laſſen und dann mit 20 Gramm Haſelnüſſen oder Piniennüſſen mit dem feinſten Meſſer zuſammen durch die Maſchine drehen (die Nüſſe müſſen immer zwiſchen durchgedreht werden). Nun gibt man das Ganze in eine Schüſſel, fügt noch 2 Eßlöffel warmen, flüſſig gemachten Honig dazu und knetet alles gut zuſammen. Die Miſchung wird dann gleichmäßig auf Oblaten geſtrichen und mit halbierten Mandeln garniert oder eine zweite Oblate oben darauf gelegt. Dann ſchließt man die Paſten mit Cellophan luftdicht ab (oder mit weißem Papier). Gut für Kinder und als Reiſeproviant.

Wer mit der Zeit ſparſam umgehen muß, der kaufe im Reformhaus die fertigen Fruchtpaſten, die es dort in großer Auswahl und vorzüglicher Qualität gibt.

Fruchtkugeln.

Man treibe 4 Teile Datteln und Feigen und 1 Teil Haſelnüſſe durch die Maſchine. Miſche dann unter die Maſſe etwas flüſſig gemachten Honig und forme kleine Bällchen daraus (wenn nicht feſt genug, miſcht man noch etwas gemahlene Weizenflocken darunter) und wälze dieſe Kugeln in gehackten Mandeln.

Nußfruchtwurſt.

Man nimmt 1 Teil fertiges Nußmus (Reformhaus) und miſcht es mit 2 bis 3 Teilen durch die Maſchine geriebener, getrockneter Früchte wie Datteln, Feigen, Aprikoſen, Bananen (einzeln oder gemiſcht), rollt die Maſſe in Wurſtform und ſchneidet runde oder viereckige Scheiben davon, die man in gewiegten Mandeln oder gemahlenen Nüſſen wälzt. Man kann auch kleine Kugeln daraus formen.

Paſtenkonfekt.

Die fertigen Paſtenplatten ſtürzen, mit Formen ausſtechen, eventuell 2 Formen aufeinander ſetzen, in grobem Hagelzucker umwenden. Die beim Ausſtechen übrig gebliebenen Reſte können zu Kugeln gerollt werden, die man in Hagelzucker umwendet. Dann platt drücken. Man kann die Obſtkugeln auch in Pralinenmaſſe umwenden. Wenn zu trocken, vorher mit Eiweiß bepinſeln.

Zur Pralinenmaſſe. 200 Gramm Kurvertüre, 3 bis 4 Eßlöffel Waſſer, 125 Gr. geſiebten Puderzucker, nußgroß friſche Butter.

Die Kuvertüre zerkleinern, im Waſſerbad zerſchleichen laſſen, kalt ſtellen, nochmals zerſchleichen laſſen, den geſiebten Puderzucker mit Waſſer verrühren und zu der aufgelöſten Kuvertüre geben, vorher zur Kuvertüre das Stück Butter dazu. Die Obſtkugeln werden in dieſer Maſſe umgedreht und auf Pergamentpapier geſetzt. Die geſtürzten Paſtenförmchen kann man auch mit dieſer Maſſe überziehen. Man kann auch von gelber Paſte ein Stück ausſtechen und in rote Paſte ſetzen.

Dattelgebäck. 3 Eigelb, 200 Gramm Zucker (Staubzucker), 25 Gramm geſchälte, geriebene Mandeln, etwas Vanille oder Vanillezucker, ¼ Kilo Datteln in feinſte Streifen geſchnitten.

Eigelb mit dem Zucker gut ſchaumig rühren (Schneebeſen), die übrigen Zutaten beifügen, auf Oblaten Häufchen ſetzen und bei ganz ſchwacher Hitze backen.

Spritzglaſur. 125 Gramm geſiebten Puderzucker, 1 kleines Eiweiß und 1 Tropfen Zitronenſaft.

Puderzucker mit Eiweiß gut ſchaumig rühren, dann 1 Tropfen Zitronenſaft dazu, die Glaſur muß ſo dick ſein, daß ein aufgeſpritzter Punkt nicht mehr läuft, ſonſt noch Puderzucker dazu; Spritzen auf trockene Glaſur.

Gefüllte Datteln.

Aus Datteln Kerne entfernen, an Stelle des Kerns von der Obſtpaſte 1 Kern einſetzen, Datteln in Kriſtallzucker wenden und in Papierkäſtchen ſetzen. — Die Obſtkugeln kann man auch an Stelle von Schokoladenmaſſe in Trüffelſchokolade wenden. — Die Reſte vom Obſtkonfekt kann man mit dem Löffel zerdrücken, gibt etwas Schokoladenpulver dazu und eventuell auch etwas Zitronenſaft. Maſſe wird in eine Spritze gegeben, man ſtellt hübſche Formen her; dieſe werden mit Mandeln geſpickt. Iſt die Obſtpaſte zu trocken geworden, ſo bepinſelt man auch Obſtkugeln, dreht dieſe in Hagelzucker um und ſteckt etwas Angelika oder grüne Bohnen hinein.

Dattelpralinen.

Die Datteln auskernen, an Stelle des Kerns 1 Mandel einſetzen, die Dattel in dünn ausgewelltes Marzipan einwickeln und bis zur Hälfte in roſa oder Schokoladeglaſur eintauchen. Man kann auch an Stelle des Kerns leicht roſa gefärbtes Marzipan hineingeben und die Datteln in grobem Zucker umwenden.

Kirſchpralinen.

Von der Marzipanmaſſe Vierecke ſchneiden, in die Mitte eine kandierte Kirſche ſetzen, das Marzipan herumſchlagen, daß die Kirſche eingehüllt iſt; dieſe Maſſe in der Kuvertüremaſſe umdrehen.

Früchtebrot. 125 Gramm Haſelnüſſe, 125 Gramm Walnüſſe, 125 Gramm Mandeln, 125 Gramm Zitronat, 125 Gramm Orangeat, 125 Gramm Roſinen, 125 Gramm Datteln, 125 Gramm Prünellen, 125 Gramm Feigen, 125 Gramm kandierte Datteln, 125 Gramm kandiertes Obſt, ¼ Kilo Aprikoſen.

Aprikoſen, Brünellen mit wenig Waſſer einweichen, übrige Zutaten fein ſchneiden, alle Zutaten miſchen, 1 Eßlöffel Arrak, 50 Gramm Staubzucker, 1 bis 2 Eßlöffel Milch zugeben, Maſſe gut durcharbeiten, 5 Stunden zugedeckt ſtehen laſſen. Längliche und runde Weckchen formen, in Mehl wenden, mit Eigelb beſtreichen, mit geſchälten Mandeln und kandierten Früchten garnieren, bei mäßiger Hitze 1 bis 1½ Stunden backen.

Früchtenbrot (Kletzenbrot).

150 Gramm Zucker wird mit 2 Eiern gut abgerührt, 140 Gramm Mehl und 1 Päckchen Backpulver dazu gegeben, ferner 140 Gramm geſtiftelte Mandeln, 140 Gramm Zitronat, 140 Gramm Sultaninen, 140 Gramm fein geſchnittene Feigen und etwas Vanille. Alles gut miſchen und in einer Zwiebackform langſam backen. Erſt am folgenden Tag anſchneiden.

Original Wiener Konfekt.

Honigkuchen.

½ Kilo Honig läßt man mit ebenſo viel Zucker aufkochen, miſcht dann ½ Kilo Mehl dazu, arbeitet den Teig gut ab und gibt dabei nach und nach die fein geſchnittene Schale 1 Zitrone, 20 Gramm fein geſchnittenes Zitronat, 8 Gramm Ingwer, 8 Gramm Zimt und 30 Gramm Pottaſche ſowie ⅛ Liter Rum dazu. Der Teig wird dann zugedeckt und im kalten Keller etwa 8 Tage ruhig ſtehen gelaſſen. Hierauf treibt man ihn kleinfingerdick aus, ſchneidet ihn zu Stückchen, die man mit vorbereiteten Mandeln belegt, und legt das Ganze dann in gleichmäßige Wärme. (Nicht backen.)

Makronen.

Man zerreibt 140 Gramm ſüße, geſchälte, geſtoßene Mandeln im Mörſer recht fein mit 1 Eiweiß, gibt 210 Gramm Staubzucker, Zitronengeruch und noch ſo viel Eiweiß dazu, daß man eine geſchmeidige Maſſe erhält, läßt dieſe eine Weile ſtehen, gibt ſie dann als kleine Häufchen auf Papier, bäckt ſie bei recht ſtarker Hitze, damit ſie aufſpringen, läßt ſie dann erkalten, befeuchtet das Papier, um die Makronen abzulöſen.

Von bitteren Mandeln.

Man bereitet obigen Teig, aber mit 100 Gramm ſüßen und 3 bis 4 Stück bitteren Mandeln, formt ihn zu kleinen Kugeln, die man in Hagelzucker drückt und dann bäckt.

Von Haſelnüſſen.

140 Gramm geſchälte Haſelnüſſe werden geſtoßen, dazu 140 Gramm Zucker und 2 Eiweiß gegeben und bereitet, wie oben.

Weiße Lebkuchen. (Berechnet für 50 bis 60 Stück.) ½ Kilo Zucker, 5 Eier, 50 Gramm Mandeln (ſüß), 15 Gramm Zimt, ½ Kilo Mehl und die Schale einer Zitrone.

Eigelb und Eiweiß werden zuſammen mit dem Zucker ſchaumig gerührt, die fein würfelig geſchnittenen Mandeln und Zitronenſchale ſowie der Zimt dazu gegeben, das Ganze leicht zuſammengearbeitet und kalt geſtellt. Dann wird der Teig ausgearbeitet, daraus Lebkuchen geſchnitten, welche man auf ein gut gefettetes Blech legt, ſo, daß ſie ſich nicht berühren, und läßt über Nacht ſtehen. Dann werden ſie gebacken und man kann ſie nach Belieben mit einer Eiweißglaſur beſtreichen, die man darauf trocknen läßt. — Dazu rührt man Eiweiß mit 130 Gramm Zucker (fein) und etwas Zitronenſaft ½ Stunde.

Nußbuſſerl.

4 Eiweiß und 210 Gramm Zucker gibt man in eine Schüſſel, ſtellt dieſe in kochendes Waſſer und ſchlägt das Ganze mit der Schneerute zu feſtem Schaum, rührt dann grob geſchnittene Nüſſe dazu, macht von der Maſſe mit 2 Teelöffeln kleine, runde Buſſerl auf kleine Oblaten und trocknet die Buſſerln im mäßig warmen Rohr.

Mandelbuſſerl.

Zu dem feſten Schnee von 2 Eiweiß miſcht man 100 Gramm Zucker und ebenſo viel geſchälte, geſchnittene, mit ein wenig Zucker geröſtete Mandeln und bäckt die Miſchung als kleine Häufchen auf dem mit Wachs beſtrichenen Blech.

Schokoladenbuſſerl (mit Vanille).

Leicht geſchlagenen Schnee von 2 Eiweiß rührt man mit 140 Gramm Zucker nach und nach zu 100 Gramm geriebener, im Ofen erweichter Schokolade, miſcht ein wenig Vanillezucker dazu, macht von dieſer Maſſe auf dem mit Wachs beſtrichenen Blech ſchöne, runde Häufchen, läßt dieſelben 1 Stunde ſtehen und bäckt ſie dann im mäßig warmen Rohr.

Vanillebuſſerl.

5 Eigelb rührt man mit 140 Gramm Zucker 1 Stunde, miſcht dann Vanille dazu, gibt kleine Häufchen von dieſer Maſſe auf Papier, trocknet ſie in mäßig warmem Rohr, befeuchtet das Papier, um die Buſſerln abzulöſen.

Falſche Trüffeln.

Man macht einen Teig von 120 Gramm ſehr fein geſchnittenen Mandeln, 120 Gramm Zucker und 1 Eiweiß, formt aus dem Teig kleine Kugeln, dreht ſie in aufgelöſte Schokolade und rollt ſie, wenn ſie halb getrocknet ſind, in geriebener Schokolade.

Schokoladenſchaum-Konfekt.

5 Eiweiß werden zu ſteifem Schnee geſchlagen, darunter ſorgfältig 250 Gramm feiner Zucker gemiſcht und ebenſo 50 Gramm flüſſig gemachte Blockſchokolade. Die fertige Maſſe füllt man in einen Dreſſierbeutel mit Sterntülle und dreſſiert nach Belieben Buchſtaben oder Sternchen auf ein gut geöltes und mit Mehl beſtäubtes Blech. Dann läßt man über Nacht an einem trockenen, luftigen Ort ſtehen und bäckt dann bei ganz geringer Hitze, wobei man das Rohr noch eine Kleinigkeit offen ſtehen läßt. Das Gebäck iſt fertig, wenn es ſich leicht vom Blech nehmen läßt und innen trocken iſt.

Schokoladenmuſcheln.

Schnee von 4 Eiweiß wird mit 250 Gramm feinem Zucker ½ Stunde gerührt, dann 250 Gramm ungeſchälte, geriebene Mandeln, 8 Gramm Zimt, 1 Meſſerſpitze gemahlene Nelken, 125 Gramm geriebene Schokolade, die feingeſchnittene Schale und Saft ½ Zitrone dazugegeben und gut vermiſcht. Dann läßt man die Maſſe einige Stunden ruhen oder läßt ſie über Nacht ſtehen, rollt ſie dann auf dem mit Zucker beſtreuten Backbrett dünn aus und formt mit einer hölzernen, gut mit Zucker ausgeſtreuten Muſchelform, Muſcheln und bäckt ſie in mäßig warmem Ofen, bis ſie ſich leicht bräunen.

Zedernbrot.

375 Gramm ungeſchälte, geriebene Mandeln und ebenſo viel Zucker werden mit dem Schnee von 2 Eiweiß, dem Saft von 2 Zitronen und der Schale von 1 Zitrone gut vermiſcht, mit einer beliebigen Form ausgeſtochen und hellgelb gebacken. Nachdem man ſie aus dem Ofen genommen hat, werden ſie ſofort mit folgender Maſſe beſtrichen: Der Saft von ½ Zitrone wird mit ſo viel Staubzucker vermengt, daß die Maſſe noch flüſſig bleibt. — Das Konfekt muß innen noch weich ſein, es darf daher nur bei ganz mäßiger Hitze gebacken werden. Bäckt man zu hart, ſo muß man es längere Zeit liegen laſſen, bis es weich geworden iſt, da es erſt dann richtig ſchmeckt.

Spekulatius.

1½ Kilo Mehl, ¾ Kilo Zucker, 625 Gramm Butter, 4 Eier, 100 Gramm fein geriebene Mandeln, 1 Stange Vanille ausgekratzt, ⅛ Liter Milch, 2 Meſſerſpitzen kohlenſaures Ammonium und etwas geſtoßene bittere Mandeln werden zu einem Teig verarbeitet und kühl geſtellt. Wenn der Teig feſt iſt, drückt man ihn in Holzformen aus, legt ihn auf ein leicht gebuttertes Blech, beſtreicht ihn mit Milch und bäckt im heißen Ofen. — Man achte darauf, daß die Formen ſehr dünn ſind, da dicker Spekulatius nicht ſo ſchmackhaft iſt.

Printen.

Man rührt einen Teig von 1¼ Kilo Mehl, ebenſo viel Printenſirup, 120 Gramm Viktoriazucker, 250 Gramm Farinzucker, 3 Gramm Pottaſche, 7 Gramm Zimt, 3 Gramm geſtoßene Nelken, etwas geriebene Tongabohne, 30 Gramm fein gehacktes Zitronat und 7 Gramm Anis. Der Teig wird dann etwa 2 Tage ſtehen gelaſſen, ausgerollt, in Streifen von etwa 10 Zentimeter Länge und 2,5 Zentimeter Breite geſchnitten, die man im heißen Ofen bäckt. Kommen die Printen aus dem Ofen, ſo werden ſie gleich mit folgender Glaſur beſtrichen: etwas Kartoffelmehl wird auf dem Feuer braun geröſtet, mit Waſſer abgelöſcht und aufgekocht. — Mit dieſer Glaſur bekommen die Printen eine ſchöne, kräftige Farbe.

Weihnachtsſtollen. ½ Kilo Mehl, 35 Gramm Hefe, ¼ Liter Milch, etwas Salz, 150 Gramm Butter, 75 Gramm Zucker, 125 Gramm Sultaninen, 65 Gr. Weinbeeren, 65 Gramm Mandeln, 10 Gramm bittere Mandeln, 35 Gramm Zitronat, 50 Gramm Butter zum Beſtreichen, 50 Gramm Puderzucker.

Mit ¼ des Mehles ein Dämpfel aufſetzen, Butter und Zucker ſchaumig rühren. Wenn Dämpfel gegangen, das übrige Mehl und die übrigen Zutaten beigeben, zuletzt die Schaummaſſe untermiſchen. Teig ¾ Stunden gehen laſſen, Stolle formen und nochmals 1 Stunde gehen laſſen. Stolle bei Mittelhitze 1 Stunde backen und während des Backens von Zeit zu Zeit die Stolle mit zerlaſſener Butter beſtreichen, oder nach dem Backen mit weißer Glaſur überziehen.

Stollen ohne Hefe. 125 Gramm Butter, 180 Gramm Zucker, ¼ Liter warme Milch, 2 Eier, 20 Gramm Zimt, etwas Anis, nach Belieben Roſinen, Sultaninen, Mandeln, Nüſſe, Zitronat, Orangeat, Nelken, Saft und Schale ½ Zitrone, Mehl je nach Zutaten.

Butter warm verrühren, Milch, Zucker und Eier mitrühren, von den übrigen Zutaten etwas und, ſo viel man hat, dazugeben und ſo viel Mehl, daß der Teig noch gut mit dem Kochlöffel zu verarbeiten iſt. Nimmt man zu wenig, ſo ſinkt er nach dem Backen zuſammen. In Mittelhitze ſofort backen.

Sächſiſcher Stollen (ſiehe Spezialgerichte Sachſen).

Guter Kuchen ohne Butter. ½ Kilo Zucker, ¼ Kilo Mehl, 125 Gramm ungeſchälte geriebene Mandeln, 1 Zitrone, 10 Eigelb, 10 Eiſchnee.

Zucker, 10 Eigelb, Saft und geriebene Schale der Zitrone ¼ Stunde rühren, die Mandeln (oder halb Mandeln, halb Haſelnüſſe), dann den Eiſchnee leicht darunter mengen, zuletzt das Mehl hineinſieben, unter das man 1 Meſſerſpitze Hirſchhornſalz oder Backpulver gemiſcht hat. Bei ſchwacher Hitze in gut vorbereiteter Form backen. (Sehr ergiebig, für 8 bis 10 Perſonen.)

Roſinenſtollen.

Für einen Stollen nimmt man 1½ Kilo Mehl und rührt in dieſes 150 Gramm Hefe ein, die man mit lauwarmer Milch abgeſprudelt hat. Wenn der Teig aufgegangen iſt, gibt man 4 abgerührte Eier, 300 Gramm Zucker, etwas Salz und die nötige Menge Milch dazu, miſcht alles zu einem nicht zu weichen Teig, ſtreut noch 100 Gramm länglich geſchnittenes Zitronat, 100 Gramm ſüße und 10 Gramm bittere Mandeln, geſchält und fein geſchnitten, die fein geſchnittene Schale ½ Zitrone, Zimt, Ingwer, Muskatblüte und Kardamom dazu, knetet 600 Gramm erweichte, aber nicht geſchmolzene Butter, ſowie 500 Gramm entkernte Zibeben und 200 Gramm Korinthen, die man am Abend vorher mit 5 Löffel Rum befeuchtet und über Nacht an einem warmen Ort ſtehen gelaſſen hat, darunter. Wenn der Teig beim Kneten auf dem Brett Blaſen bekommt, zerreißt man ihn, wirft die Stücke mit Gewalt aufeinander und wirkt ſie wieder zuſammen, damit der Teig recht geſchmeidig wird. Dann deckt man ihn zu, läßt etwa 2 bis 3 Stunden aufgehen. Iſt er gut zart geworden, ſo gibt man ihn auf das bemehlte Brett, formt einen Teil mit dem Nudelholz von der Mitte nach vorne zu aus, bis der ausgetriebene Teil ſo lange iſt wie der dick gelaſſene, beſtreicht das Ausgetriebene mit kaltem Waſſer und ſchlägt es über den dicken Teil, wodurch die Stolle ihre eigentümliche Form erhält. Hierauf legt man die Stollen über mit Butter beſtrichenes Papier auf das Blech, läßt ſie aufgehen, beſtreicht ſie mit Butter, bäckt ſie, beſtreicht ſie nach dem Backen, wenn ſie noch heiß iſt, abermals mit Butter und beſtreut ſie dann reichlich mit Zucker.

Mandelſtollen.

Dieſe bereitet man auf dieſelbe Weiſe wie die Roſinenſtolle mit 1½ Kilo Mehl, 150 Gramm Hefe, Milch nach Bedarf, 2 Eiern, die man mit 3 Löffel Rum abgeſprudelt hat, 400 Gramm Zucker, 500 Gramm ſüßen und 20 Gramm bitteren Mandeln, 250 Gramm Zitronat, 500 Gramm Butter, Zitronenſchalen, Ingwer, Muskatblüte und Kardamom. Will man ein übriges tun, ſo kann man den Stollen rings herum mit ganzen Mandeln beſtecken. — Man kann auch kleinere Stollen backen, wenn man entſprechend weniger von allen Zutaten nimmt.

Mohnſtollen.

Man bereitet Stollenteig, wie bereits angegeben, von Mehl, Eiern, Milch, Hefe, Butter und Zucker, aber ohne andere Zutaten, treibt dieſen Teig, nachdem er gegangen iſt, ſo lang, als der Stollen werden ſoll, aus, dann nach der Breite, welche dreimal größer ſein ſoll, als der Stollen in Wirklichkeit breit wird. Hierauf beſtreicht man den Teig dick mit der weiter unten angegebenen Fülle, ſchlägt nun eines der breiten Enden des Teiges bis über die Mitte ein und über dieſes dann das entgegengeſetzte andere Ende, gibt alles auf ein Blech und bäckt wie anderen Stollen.

Oder: Man treibt den Teig ziemlich dünn aus, beſtreicht ihn mit Fülle, rollt ihn wie Strudel zuſammen und bäckt das Ganze in der Kaſtenform. — Zudem kann man den Teig oben mit Mandeln beſtecken und auch den fertigen Stollen mit Schokolade glaſieren.

Mohnfüllen.

400 Gramm Mohn werden fein geſtoßen oder mit der Kaffeemühle gerieben, dann mit ſo viel kochender Milch oder Rahm gemiſcht, daß ein dicker Brei entſteht; dazu gibt man dann 200 Gramm Honig, etwas Zimt und Zitronengeruch.

Oder: 140 Gramm Zucker kocht man mit $^1/_{10}$ Liter Waſſer, gibt dazu ſo viel geſtoßenen Mohn, daß die Maſſe recht dick wird, dann noch Zimt, Gewürznelken, Zitronengeruch und etwas ſüßen Rahm.

Oder: Man rührt 3 Eigelb mit 100 Gramm Zucker und gibt 140 Gramm fein geriebenen Mohn, 50 Gramm Butter, 3 Eßlöffel guten Rahm, 70 Gramm Korinthen, Zimt, Vanille und den Schnee der 3 Eiweiß dazu.

Oder: Man kocht 200 Gramm Honig, miſcht den Mohn dazu ſowie das Gewürz und ein wenig Wein.

Die Füllen ſollen bei Stollen ziemlich dick aufgetragen werden; man bereitet die Fülle daher nach der Menge des zu beſtreichenden Teiges. Dieſe Füllen können auch für Torten und Kuchen genommen werden. Man beachte, daß die Füllen, beſonders für Stollen, nicht zu dünn ſein dürfen, da ſie ſonſt gerne auslaufen. Geraten ſie einmal zu dünn, ſo gibt man noch etwas Mohn zu.

Wiener Gebäck

Gugelhupfe.

Abgeſchlagener Gugelhupf.

20 Gramm Hefe ſprudelt man mit Milch, etwas Mehl und 2 Löffel Zucker zu einem dünnen Dampfel (Vorteig) und läßt es gehen. Dann gibt man 700 Gramm angewärmtes Mehl in eine Schüſſel, dazu etwas Salz, wenig Vanille oder Zitronenſchalen oder zerdrückten Anis, 2 bis 3 Eigelb, die man mit Milch geſprudelt hat, 70 Gramm warme Butter oder Butterſchmalz, zuletzt das Dampfel und miſcht alles gut. Wenn der Teig nicht weich genug iſt, gibt man noch Milch nach, ſchlägt ihn dann gut ab und gibt 3 Hände voll Roſinen oder beſſer Weinbeeren (Korinthen) hinein. Dann buttert man die Gugelhupfform gut aus, beſtreut ſie mit geſtiftelten Mandeln, füllt ſie mit Teig halbvoll und läßt dieſen ſo lange aufgehen, bis die Form voll iſt, bäckt dann 1 Stunde und beſtreicht ihn während dieſer Zeit einmal mit Butter. Löſt er ſich am Rande, ſo iſt er fertig, wird gleich geſtürzt, gut mit Zucker beſtreut und bedeckt. Der Gugelhupf darf nicht gleich kaltgeſtellt werden.

Gugelhupf von kaltgeſtelltem Hefeteig wird auf dieſelbe Art bereitet. Noch feiner wird derſelbe Gugelhupf, wenn man bei demſelben Quantum Mehl 4 bis 5 Eigelb, 100 Gramm Butter und ſtatt der Milch Rahm nimmt, 70 Gramm Zucker, etwas Vanille oder Zitronen- oder Orangenſchale, 140 Gramm Korinthen oder Roſinen, 1 Hand voll Pignolen oder geſtiftelte Mandeln in den Teig gibt und den fertigen Gugelhupf mit Vanillezucker beſtreut.

Wiener Gugelhupf.

150 Gramm halb Butter, halb Butterſchmalz rührt man gut ab, ſtreicht davon die Form aus, die man dann mit geſtiftelten Mandeln beſtreut, ſchlägt das andere noch weiter ab, gibt dazu 4 Eigelb und 70 Gramm Zucker mit Geruch, miſcht dann das Dampfel von 20 Gramm Hefe, 200 Gramm allerfeinſtem Mehl, ſo viel als nötig ſüßem Rahm und, wenn man den Teig ¼ Stunde abgeſchlagen hat, Schnee von 2 Eiweiß und 70 Gramm Roſinen darunter, bäckt den Gugelhupf und ſtürzt gleich, nachdem er aus dem Ofen kommt.

Biskuitgugelhupf.

6 Eigelb, 1 Ei, 4 Löffel Zucker ſprudelt man gut ſchaumig, gibt 15 Gramm Hefe, 4 Löffel guten, ſüßen Rahm und 50 Gramm zerlaſſene Butter dazu, ſchlägt es noch eine Weile, miſcht dann dazu 150 Gramm Mehl, Roſinen und etwas Salz, ſchlägt ihn noch gut ab, füllt den Teig in eine gebutterte, mit Piſtazien oder Pignolen geſtreute Form, läßt gut gehen und bäckt.

Abgerührter feiner Gugelhupf.

140 Gramm Butter rührt man gut ab, miſcht nach einiger Zeit 3 Eßlöffel Zucker dazu, rührt weiter ab, gibt dann unter beſtändigem Rühren nach und nach 3 Eier, dazwiſchen je 1 Löffel Mehl und Milch, rührt weiter ab und gibt dann 3 Eigelb, dazwiſchen je 1 Löffel Mehl und Milch, dazu. Hierauf rührt man den Reſt des Mehles von 280 Gramm und der Milch von $^2/_{10}$ Liter, mit dem von

dieſem Mehl und Milch bereiteten Dampfel von 20 Gramm Hefe, das ſchon gut gegangen ſein muß, zu der Maſſe, vermiſcht alles gut, gibt zuletzt nach Geſchmack Roſinen oder Korinthen dazu, füllt den Teig in die gebutterte, mit geſchälten, geſtiftelten Mandeln ausgeſtreute Gugelhupfform, läßt ihn gehen, bäckt ihn dann bei nicht überſtarker gleichmäßiger Hitze und beſtreut ihn nach dem Stürzen mit Zucker.

Kaiſergugelhupf.

150 Gramm Butter treibt man mit 6 Eigelb und 100 Gramm Zucker ab, gibt 200 Gramm feinſtes Mehl, Dampfel von 15 Gramm Hefe und $^{1}/_{10}$ Liter ſüßen Rahm, Salz, Vanillegeruch, Schnee von 4 Eiweiß dazu, ſchlägt den Teig gut ab, gibt ihn in eine gebutterte, mit halben Mandeln ausgelegte Form, läßt langſam gehen und bäckt ihn bei mäßiger Hitze.

Rumgugelhupf.

Man bereitet abgerührten weichen Hefeteig von 140 Gramm Butter, 6 Eigelb, 50 Gramm Zucker mit Orangengeruch, 20 Gramm Hefe zum Dampfel, 700 Gramm Mehl und etwas Rahm, gibt 150 Gramm Roſinen, etwas geſtiftelte Mandeln dazu, füllt in die gebutterte Form, läßt gehen, bäckt. Indeſſen bereitet man von 200 Gramm Zucker mit $^{1}/_{10}$ Liter Waſſer geſponnenen Zucker, gibt den Saft von 2 Orangen und 3 Eßlöffel Rum dazu und übergießt mit dieſer Maſſe den geſtürzten, aber noch warmen Gugelhupf und läßt alles erkalten.

Kartoffelgugelhupf.

Man macht Hefeteig von 500 Gramm Mehl, 20 Gramm Hefe, $^{2}/_{10}$ Liter Milch, 70 Gramm Zucker, Salz, 3 Eigelb, 70 Gramm Butterſchmalz und 4 mittelgroßen gekochten, warm zerdrückten Kartoffeln, ſchlägt ihn gut ab, gibt dann 70 Gramm feingeſchnittene Nüſſe, 70 Gramm Roſinen, zerdrückten Anis, Zimt, eine Kleinigkeit Ingwer dazu, füllt den Teig in die gefettete Form, läßt gehen und bäckt dann.

Gugelhupf von Mandeln.

140 Gramm Butter rührt man mit 7 bis 8 Eigelb ab, gibt dazu 100 Gramm geſchälte geſtoßene Mandeln, 140 Gramm Zucker, ebenſo viel Mehl und das Dampfel von 15 Gramm Hefe, ſchlägt den Teig gut ab, füllt in die gefettete Form, läßt gehen und bäckt den Gugelhupf bei mittlerer Hitze.

Gugelhupf ohne Hefe.

Der Teig wird bereitet wie für Geſundheitskuchen. Man füllt ihn in die gebutterte, mit Mandeln ausgeſtreute Form, beſtreut ihn oben ganz dick mit Roſinen, die dann beim Backen einſinken, und bäckt.

Topfenkuchen (Original). ½ Kilo Mehl, 1 Priſe Salz, 100 Gramm Zucker, 50 Gramm Butter oder Fett, 1 ganzes Ei, 1 Dotter, etwas Zitronengeſchmack, ¼ Liter Milch, 20 Gramm Hefe.

Davon einen geſchmeidigen Teig abſchlagen, gehen laſſen. ¾ Kilo guten Topfen paſſieren, 100 Gramm Zucker, 2 Dotter, 2 bis 3 Eßlöffel dicken ſauren Rahm, etwas Zitronen- und Vanillegeſchmack, gut verrühren, von dem Teig richtet man auf dem Kuchenblech die Platte mit etwas Rand, ſtreicht die Topfenfülle dick auf, drückt Sultaninen hinein und ſtreut Butterſtreuſel darauf, läßt nochmals gut 10 Minuten gehen und bäckt den Kuchen ¾ Stunden ſchön lichtbraun.

Streuſelkuchen (Original).

Teig wie oben, zum Streuſel 100 Gramm Butter zerſchleichen laſſen, dann 100 Gramm Mehl, 100 Gramm Zucker, ganz wenig Zimt, etwas Zitronen- und Vanillegeſchmack, gut abbröſeln, etwas raſten laſſen. Die Kuchenplatte mit etwas Eiweiß oder Milch bepinſeln, mit Teig belegen, dann dick mit Streuſel beſtreuen, gut gehen laſſen. Der Teigboden darf zum Streuſel etwas dicker ſein, zum Topfen empfiehlt ſich dies weniger.

Dukatenbuchterl mit Vanillecreme. ½ Kilo Mehl, etwas Salz, 4 Dotter, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm Butter, 1 Päckchen Vanillezucker, 20 Gramm Hefe, ¼ Liter Milch.

Leichte, feine Maſſe abſchlagen, gut gehen laſſen. Mit dem Kaffeelöffel ganz kleine Buchterl ausſtechen, ſchön nebeneinander in die ſehr gut gebutterte Pfanne legen und backen, dazu eine dicke gute Vanillecreme ſervieren.

Topfengolatſchen. ½ Kilo Mehl, Salz, 20 Gramm Hefe, 50 Gramm Zucker, Roſinen, ½ Kilo Topfen, 1 Ei, 1 Dotter, etwas Zitrone.

Guten Hefeteig machen, nachher Teig ausrollen, viereckige Stücke ausſchneiden, 1 Löffel gute Topfenfülle mit Roſinen in die Mitte geben, die vier Enden ſchön zudrehen; man legt die Golatſchen mit der oberen Seite nach unten und läßt ſie nochmals aufgehen, dann beſtreicht man ſie mit Eiklar und beſtreut ſie nach Wunſch mit geſtiftelten Mandeln und bäckt ½ Stunde.

Mohngolatſchen.

Teig wie oben, Fülle: ¼ Kilo blauer geriebener Mohn in ¼ Liter Milch weich kochen, zuckern, ganz wenig Salz, Roſinen, etwas Butter, Kaffeelöffel Honig. Erſt nach dem Auskühlen auf den Teig.

Böhmiſche Dalken. 400 Gramm Mehl, Priſe Salz, ¾ Liter Milch, 2 Eier, 1 Dotter, 20 Gramm Hefe, Dampfel machen. 20 Gramm Zucker, 100 Gramm Fett, 100 Gramm Marmelade, Zucker zum Beſtreuen.

Mehl, Salz, Milch, Eier, Zucker und das Dampfel werden vermiſcht, gut abgeſchlagen und zum Aufgehen an einen warmen, ja nicht zu heißen Ort geſtellt. In den Vertiefungen einer Dalkenform läßt man etwas Fett heiß werden, gibt zu 1 Eßlöffel von dem Teig hinein, bäckt ſchön auf beiden Seiten und ſetzt je 2 und 2 mit Marmelade zuſammen, beſtreut mit Zucker und ſerviert warm. Zur feineren Maſſe nimmt man 4 Dotter und 1 ganzes Ei, 40 Gramm Zucker und nur 15 Gramm Hefe und Klar von 4 Eiern.

Wiener Faſchingskrapfen.

½ Kilo Mehl, 20 Gramm Hefe, 4 bis 5 Dotter, 50 Gramm zerlaſſene Butter, 1 Löffel Zucker, etwas Salz, Zitronenſchale, Vanille, Milch ſo viel, daß ein ſchöner lockerer Teig wird, gut abſchlagen, gehen laſſen. Dann auf dem Nudelbrett fingerdick auswalken, mit einem Weinglas leiſe aufdrücken, in die Mitte Marmelade geben. Die andere Hälfte darüberſchlagen und nochmals ausſtechen. Auf ein warmes, mit Mehl beſtäubtes Tuch legen und wieder mit einem warmen Tuch zudecken, nochmals ſehr gut gehen laſſen. In heißem Fett ausbacken, gleich nach dem Einlegen zudecken, wenn die Krapfen gewendet ſind, iſt dies nicht mehr nötig. Auf ein Sieb legen, gut zuckern oder glaſieren.

Ausgedünſtete Nudeln. 1¼ Liter Milch, 100 Gramm Butter, 50 Gramm Zucker
2 Dotter, ¼ Liter Milch, 50 Gramm Zucker.

Nudelteig herſtellen. 1 Stunde vor dem Anrichten gibt man die Nudeln nebſt Butter und Zucker in ſiedende Milch und läßt ſie einkochen. Dann gießt man Milch mit Dotter und Zucker nach, läßt ſie im Rohr ausdünſten, es bildet ſich am Boden eine Kruſte. Man ſticht die Nudeln mit der Schmarrnſchaufel aus und beſtreut ſie mit Zucker.

Mohnnudeln.

Man bereitet Nudelteig wie angegeben, ſchneidet ¼ Zentimeter breite Nudeln, kocht ſie in Salzwaſſer, ſeiht und ſchreckt ſie ab. Läßt ſie ſehr gut abtropfen, gibt ſie in heiße Butter und vermengt ſie gut mit geriebenem blauen Mohn, der mit Zucker vermiſcht wurde.

Nußnudeln.

Wie oben mit 200 Gramm geriebenen Nüſſen vermengen, mit Zucker beſtreuen.

Grießnudeln.

100 Gramm Grieß in 80 Gramm Butter hellbraun röſten, die Nudeln hineingeben und noch eine Weile darin röſten laſſen.

Echte Wiener Torten.

Echte Sachertorte.

150 Gramm geriebene Vanilleſchokolade feuchtet man mit etwas Waſſer an, läßt in der Wärme weich werden, verrührt ſie fein, gibt 150 Gramm Butter, 6 Eigelb und 150 Gramm Zucker dazu, treibt die Maſſe flaumig ab, miſcht dann den Schnee der Eiweiß und 150 Gramm feines Mehl dazu, füllt alles in einen weiten, mit Papier ausgelegten Tortenreif und bäckt bei mittlerer Hitze. Iſt die Torte ausgekühlt, ſo dreht man die glatte Seite nach oben, beſtreicht ſie mit Marillengelee oder Marmelade und gibt einen Schokoladenguß darüber von 70 Gramm feiner Vanilleſchokolade und 130 Gramm Zucker. Die Schokolade läßt man auf dem Ofen zergehen, kocht inzwiſchen den Zucker in $^{1}/_{10}$ Liter Waſſer bis zum Spinnen, rührt die Schokolade dazu, kocht die Miſchung, bis ſie Faden zieht, wenn man etwas zwiſchen die Finger nimmt, zieht vom Feuer und rührt ab, bis ſich ein feines Häutchen bildet, gießt dann über die Torte, ſtellt dieſe ganz kurz in den mäßig warmen Ofen und läßt dann an der Luft noch nachtrocknen.

Sachertorte, 2. Art. 140 Gramm Butter, 140 Gramm Zucker, 140 Gramm Schokolade, 140 Gramm Mehl, 6 Dotter, Klar von 6 Eiern.

Butter ſchaumig rühren, die im Rohr erweichte Schokolade dazu ½ Stunde rühren, dann nach und nach Zucker und Dotter zugeben, wieder ½ Stunde rühren, dann Schnee und Mehl einmengen, 1 Stunde bei mäßiger Hitze backen. Die erkaltete Torte wird umgekehrt, auf der nun nach oben gekehrten Fläche mit erweichter Marmelade ganz dünn beſtrichen, mit Schokoladeglaſur überzogen.

Sachertorte ohne Eigelb.

Feſt geſchlagenen Schnee von 8 Eiweiß rührt man mit 170 Gramm Zucker gut ab, rührt 180 Gramm weiche Schokolade mit 100 Gramm Butter gut ab, miſcht dazu, gibt zuletzt 100 Gramm Mehl ganz leicht darunter, bäckt, ſtürzt und begießt wie oben.

Linzer Torte.

140 Gramm Butter werden mit ebenſoviel Mehl abgebröſelt. Dazu miſcht man 3 hartgekochte, paſſierte Eigelb, 140 Gramm Zucker, ebenſoviel mit den Schalen geſchnittene Mandeln, Nelken, Zimt, Neugewürz, Saft und Schale von ½ Zitrone und 1 rohes Eigelb, knetet den Teig mit den Händen kurz ab, wellt ihn kleinfingerdick aus, ſchneidet eine Platte von der Größe eines Tortenreifes heraus, gibt ſie auf ein Blech, beſtreicht am Rande mit Ei, das Innere mit Marillen-, Himbeer- oder Johannisbeergelee oder Marmelade, rollt nun aus dem übrigen Teig kleine Teigſtangerl aus, mittels denen man ein Gitter über die ganze Teigplatte legt, und zwar ſo, daß zwiſchen den einzelnen Streifen ein fingerbreiter Raum bleibt und das Gitter in fertigem Zuſtande Zwiſchenräume von der Form verſchobener Vierecke hat. Am Rand herum ſchneidet man das Gitter gleichmäßig ab, legt eine Teigrolle herum, beſtreicht dieſe mit geſchlagenem Ei, gibt einen Tortenreif herum oder umwickelt zweimal mit einem Streifen ſtarken weißen Papiers, den man mit Mehlkleiſter feſtklebt. Nun bäckt man die Torte, beſtreut ſie, wenn ſie aus dem Ofen kommt, mit Zucker und ſtreicht zwiſchen die Gitter nochmals von der bereits verwendeten Marmelade oder Gelee.

Linzer Teig, braun.

Man macht Teig wie oben, aber von 280 Gramm Butter und ebenſoviel Mehl, 140 Gramm Zucker und ebenſoviel Mandeln, dann Zimt, Neugewürz und Nelken, Saft und Schale von 1 ganzen Zitrone, 2 rohen Eigelb und 70 Gramm geriebener Schokolade.

Weißer Linzer Teig.

280 Gramm Butter rührt man ab, gibt dazu 1 Eßlöffel kaltes Waſſer, dann Saft und Schale von 1 Zitrone, dann 280 Gramm Zucker mit Vanille, 280 Gramm Mandeln, die man abgezogen und beim Stoßen mit Waſſer befeuchtet hat, und 280 Gramm Mehl dazu.

Einfacher Linzer Teig, ohne Ei.

Zu 280 Gramm Mehl miſcht man 50 Gramm Zucker, ebenſoviel mit den Schalen geſchnittene Mandeln, Zimt, Nelken, bröſelt 280 Gramm Butter damit ab und knetet es ſchnell zu Teig zuſammen.

Gerührter Linzer Teig.

280 Gramm Butter rührt man mit 4 Eigelb ab, gibt Saft und Schale von ½ Zitrone, die ½ Orange, 280 Gramm Zucker, ebenſoviel geſchälte, beim Stoßen mit Waſſer angefeuchtete Mandeln und dasſelbe Quantum Mehl dazu. Das über die Torte geflochtene Gitter beſtreicht man mit Eiweiß und beſtreut dann mit feinem Hagelzucker.

Linzertorte. (Andere Art.) 250 Gramm Butter, 250 Gramm geriebene Haſelnüſſe oder Mandeln, 120 Gramm Mehl, 120 Gramm Semmelbröſeln, 200 Gramm Zucker, 1 Ei, Saft und Schale von 1 Zitrone, 1 Kaffeelöffel Zimt, 1 Meſſerſpitze Gewürznelken und etwas Salz.

Butter und Mehl am Brett abbröſeln, dann die übrigen Zutaten darunter kneten, 1 Stunde raſten laſſen. Den dritten Teig in die gut ausgebutterte Form geben, mit Ribiſel-Johannisbeermarmelade füllen, Rand und Gitter machen, 1 Stunde backen.

Wiener Torte.

5 Eigelb treibt man mit 210 Gramm Butter ab, gibt dazu 210 Gramm Zucker mit Zitronengeruch, Schnee von 5 Eiweiß und 200 Gramm Mehl, bäckt die Maſſe in drei Tortenreifen, läßt erkalten, durchſchneidet die Blätter dann, beſtreicht ſie mit verſchiedenen Marmeladen oder Gelees, legt ſie alle übereinander und überzieht das Ganze mit Schokoladenglaſur.

Sandtorte.

140 Gramm Butter rührt man ſchaumig, gibt nach und nach 4 Eigelb und 140 Gramm Zucker dazu. Hat man die Maſſe 1 Stunde gerührt, ſo miſcht man 140 Gramm Kartoffelmehl, etwas Rum und den Schnee der Eiweiß dazu, füllt das Ganze in eine mit Zucker ausgeſtreute Form und bäckt langſam, ſtürzt ſie dann, beſtreut mit Vanillezucker und läßt erkalten.

Genueſer Torte.

250 Gramm Butter werden erwärmt, die Milch abgeſchüttet; inzwiſchen rührt man 250 Gramm Zucker mit 8 Eiern ſchaumig, gibt dazu abwechſelnd löffelweiſe 250 Gramm Mehl und die warme Butter, bäckt von dieſer Maſſe 3 Blätter, beſtreicht zwei derſelben mit Marillengelee oder Marmelade, darüber mit irgendeiner Nuß-, Mandel- uſw. Creme, belegt dieſe mit gezuckerten Orangenſcheiben, legt die Blätter übereinander, das dritte darauf und überzieht mit Orangenglaſur.

Für Schnitten ſchneidet man den halbgebackenen Teig zu länglich viereckigen Stücken, beſtreicht dieſe, wenn ſie fertig gebacken ſind, mit Glaſur.

Mohntorte.

Ein Blatt von Bröſelteig legt man in die Tortenform, gibt es zum Backen ins Rohr, rührt indeſſen 140 Gramm Zucker mit 8 Eigelb, miſcht dazu Vanille, 140 Gramm fein gemahlenen Mohn und den Schnee von 6 Eiweiß, ſtreicht dieſe Miſchung auf das halb gebackene Blatt Teig und bäckt bei mäßiger Hitze fertig.

Altwiener Mandeltorte.

120 Gramm Butter rührt man mit 6 Eigelb und 210 Gramm Vanillezucker ab, rührt dazu nach und nach 140 Gramm Mandeln, fein geſchnitten und geſchält, etwas Zitronenſchale, Schnee von 5 Eiweiß und 90 Gramm Mehl, bäckt dieſe Maſſe in einem mit Papier ausgelegten Tortenreif bei mäßiger Hitze, läßt ſie im Reif erkalten, ſtürzt ſie, ſchneidet ſie zweimal durch, beſtreicht die Blätter mit Marillengelee oder Marmelade, legt übereinander, gibt auf das oberſte Blatt ein netzartiges Gitter von ſpaniſcher Windmaſſe, bäckt das Gitter im Rohr fertig und gibt dann Gelee in die Zwiſchenräume.

Nußtorte.

280 Gramm Butter treibt man mit 4 Eigelb und 280 Gramm Zucker ab, gibt Schnee von 4 Eiweiß, 210 Gramm feingeſchnittene Nüſſe und 70 Gramm Mehl dazu, bäckt die Maſſe im Tortenreif, läßt erkalten, überzieht ſie mit warmer Glaſur und garniert ſie mit Früchten.

Punſchtorte.

6 Eigelb rührt man mit ¼ Kilo Zucker mit Orangen- oder Zitronengeruch, gibt 100 Gramm zerlaſſene Butter, 150 Gramm Kartoffelmehl und Schnee von 5 Eiweiß dazu, bäckt davon 2 Blätter, läßt ſie erkalten, feuchtet ſie mit Maraschino und Orangenſaft an, beſtreicht das eine mit Aprikoſengelee oder Marmelade, gibt das andere darauf und überzieht das Ganze mit Punſchcreme, die man wie Vanillecreme (dick) bereitet und dann nach Geſchmack Zitronen-Orangenſaft, etwas Rum, Arrak und einige Tropfen Maraschino dazugibt. Will man die Torte gleich verbrauchen, ſo ſchlägt man 3 Eigelb, 120 Gramm Zucker und ¼ Liter Punſcheſſenz zu Schaum und gibt dieſen über die Torte.

Brottorte Wiener Art.

100 Gramm Bröſeln von Kornbrot befeuchtet man mit 2 Löffeln Rum, miſcht dazu 100 Gramm ſamt den Schalen geſchnittene Mandeln, ½ Löffel Zimt und Nelken, 50 Gramm feingeſchnittenes Zitronat und 70 Gramm geriebene Schokolade. Dann rührt man 140 Gramm Zucker mit 10 Eigelb, miſcht den Schnee von 7 Eiweiß dazu, gibt es zum anderen, bäckt die Maſſe in zwei Reifen, beſtreicht die Blätter mit Marmelade, gibt ſie aufeinander und glaſiert die Torte.

Schokoladentorte.

Schnee von 5 Eiweiß ſchlägt man mit 7 Eigelb und 200 Gramm Zucker, bis es licht wird, miſcht dann 200 Gramm geriebene Schokolade und ebenſoviel geſchälte, feingeſchnittene Mandeln dazu, bäckt die Maſſe im Tortenreif, läßt erkalten und glaſiert.

Orangentorte mit Bröſeln.

Den abgeriebenen Geruch von 2 Orangen rührt man mit 280 Gramm Zucker, 12 Eigelb und 280 Gramm geſchälten feingeſchnittenen Mandeln etwa 1 Stunde.

Dann miſcht man nach und nach den Schnee von 8 Eiweiß und zuletzt 50 Gramm feine Bröſeln, die man mit Orangenſaft befeuchtet hat, zur gerührten Maſſe und bäckt dieſe im Tortenreif. Wenn erkaltet, überzieht man mit Orangenglaſur.

Apfeltorte, auch Kaiſertorte.

300 Gramm Zucker kocht man bis zum Spinnen, gibt 500 Gramm geſchälte, würfelig geſchnittene Äpfel dazu und kocht ſie ohne Rühren, bis ſie durchſichtig ſind, miſcht dann den Saft und die feingeſchnittene Schale 1 Zitrone und 1 Orange, 50 Gramm Arancini, 70 Gramm Zitronat, 30 Gramm Piſtazien, alles nudelig geſchnitten, 50 Gramm Pignolen und ebenſoviel geſchälte, geſtiftelte Mandeln dazu, rührt alles noch eine Weile über dem Feuer. Iſt der Saft eingekocht, ſo läßt man die Maſſe auskühlen, ſtreicht ſie auf Oblaten, gibt einen Tortenreif herum, beſtreicht dieſe dann oben mit Waſſer, beſtreut mit Zucker und drückt ſie ſchön gleich. Dann läßt man ſie in mäßig warmem Rohr trocknen, nimmt dann den Tortenreif weg, läßt die Torte 1 Woche im warmen Zimmer ſtehen, überzieht ſie dann mit Waſſerglaſur und garniert ſie mit Früchten.

Semmeringer Kirſchtorte.

200 Gramm Butter rührt man mit 200 Gramm feinem Zucker ab, miſcht nach und nach 8 Eigelb, Saft und Schale 1 Zitrone, 10 Gramm Vanillezucker und zuletzt den Schnee von 5 Eiweiß, 200 Gramm feines Mehl mit 1 Meſſerſpitze Backpulver dazu, füllt dann in eine gut gebutterte Tortenform, belegt oben mit vom Stengel gezupften Kirſchen oder Weichſeln, läßt dieſelben leicht einſinken und bäckt. Von derſelben Teigmaſſe kann man Torten mit Johannisbeeren, Zwetſchgen, Äpfel, Rhabarber uſw. machen.

Vierfruchtkuchen.

Feinen Mürbeteig leicht vorbacken, mit in wenig Zuckerwaſſer gedünſteten oder ſteriliſierten oder vorgezuckerten Rohfrüchten belegen. Weingelee mit Gelatine bereitet (ſehr klar) oder Opekta lauwarm darüber gießen.

Weingelee.

3 bis 4 Blätter weiße oder rote Gelatine waſchen, in lauwarmem Weißwein (½ Liter), mit 2 bis 3 Eßlöffel Zucker auflöſen, durchſeihen, wenn erkaltet und angezogen, über den Obſtkuchen gießen, kalt ſtellen.

Getränke

Der Kaffee

Vormerkung. Der Kaffee iſt heute wie immer ein ebenſo beliebtes als verbreitetes Getränk trotz aller Warnungen vor dieſem vermeintlichen Gifte. Die Kaffeebereitung iſt eine individuelle Kunſt, die mancher auch bei Verwendung feinſter Sorten nicht verſteht. Der Einkauf iſt Vertrauensſache; man ſoll nie viel Kaffee auf Vorrat kaufen, ſondern ſtets wenig friſch gebrannten, und dieſen in feſt verſchloſſener Büchſe aufbewahren. Wenn er ſehr raſch verbraucht wird, kann man ihn in den großen Geſchäften, auch zu feinſtem Pulver gemahlen, ſofort bekommen. Er iſt dann am ausgiebigſten und kräftigſten, muß dann aber ſchnell verbraucht werden.

Kaffeeſorten.

a) Mokka iſt die beſte Kaffeeſorte, ſtammt aus Arabien und größtenteils aus Braſilien.
b) Java — die kleinſten Bohnen werden häufig als Mokka verkauft.
c) Sehr beliebt iſt auch der Ceylon-Kaffee.
d) Perl-Ceylon — Perl-Java kommt als Perl-Kaffee in den Handel.

Beliebte amerikaniſche Sorten ſind:
a) Portoriko, hat bläulich grüne Bohnen.
b) Braſilianiſchen Kaffee gibt es in verſchiedenen Preislagen.

Kaffeekonſerve beſteht aus friſch gebranntem, gepulvertem Kaffee, vermiſcht mit etwas Zucker.

Einkauf: Um Fälſchungen beim Einkauf zu entgehen, kaufe man nie gemahlenen Kaffee, und nicht die billigſte Sorte.

Kaffeeſurrogate: Sie können den echten Kaffee nicht erſetzen und werden vielfach von Getreidekörnern verſchiedenſter Art zuſammengeſetzt. Das beſte Surrogat iſt Feigenkaffee, verleiht dem Kaffee (Bohnenkaffee) ſchöne Farbe und guten Geſchmack. Dasſelbe gilt vom Karlsbader Kaffeegewürz.

Die Zubereitung des Kaffees geſchieht auf verſchiedene Art. Am beſten wird er in einer Filtriermaſchine (heute vielfach aus Glas, Sintraxmaſchinen). Kannen aus Metall müſſen, beſonders wenn ſie nicht immer gebraucht werden, ſtets mit heißem Waſſer ausgebrüht werden. Die Hauptſache iſt, daß der Kaffee ſo fein als möglich gemahlen iſt, das Waſſer während des Übergießens ſtets kochend erhalten wird, und daß die Kanne dabei in heißem Waſſer ſteht. Das Waſſer ſoll langſam, löffelweiſe übergegoſſen und der Filter nach jedem Übergießen ſofort zugedeckt werden, damit der feine Duft nicht entweicht. Die Größe des Filters muß im richtigen Verhältnis zur Kaffeepulvermenge ſtehen. (Es gibt daher Filter in vielerlei Größen.) Auf den Filtereinſatz kommt ein Blatt Filtrierpapier, das man leicht anfeuchtet und jedesmal erneuert. Eine Priſe Salz zum Waſſer gegeben, macht das Getränk kräftiger.

Am bekannteſten ſind die Karlsbader oder Wiener Kaffeemaſchinen (Porzellan), auf deren Filter kein Papier gelegt wird, und der ebenſo einfache als vorzügliche Melittafilter aus Aluminium.

Man rechnet: Auf 25 bis 40 Gramm Bohnenkaffee und auf 40 bis 50 Gramm Malzkaffee 1 Liter Waſſer.

Beiſpiel für die Zubereitung eines guten Kaffees.

Kaffee zu Feſtlichkeiten. (6 Perſonen.) 100 bis 125 Gramm Ceylon-Kaffee oder Mokka, 1 Würfel Karlsbader Kaffeegewürz oder ein anderer guter Zuſatz, 3 Liter kochendes Waſſer (Priſe Salz).

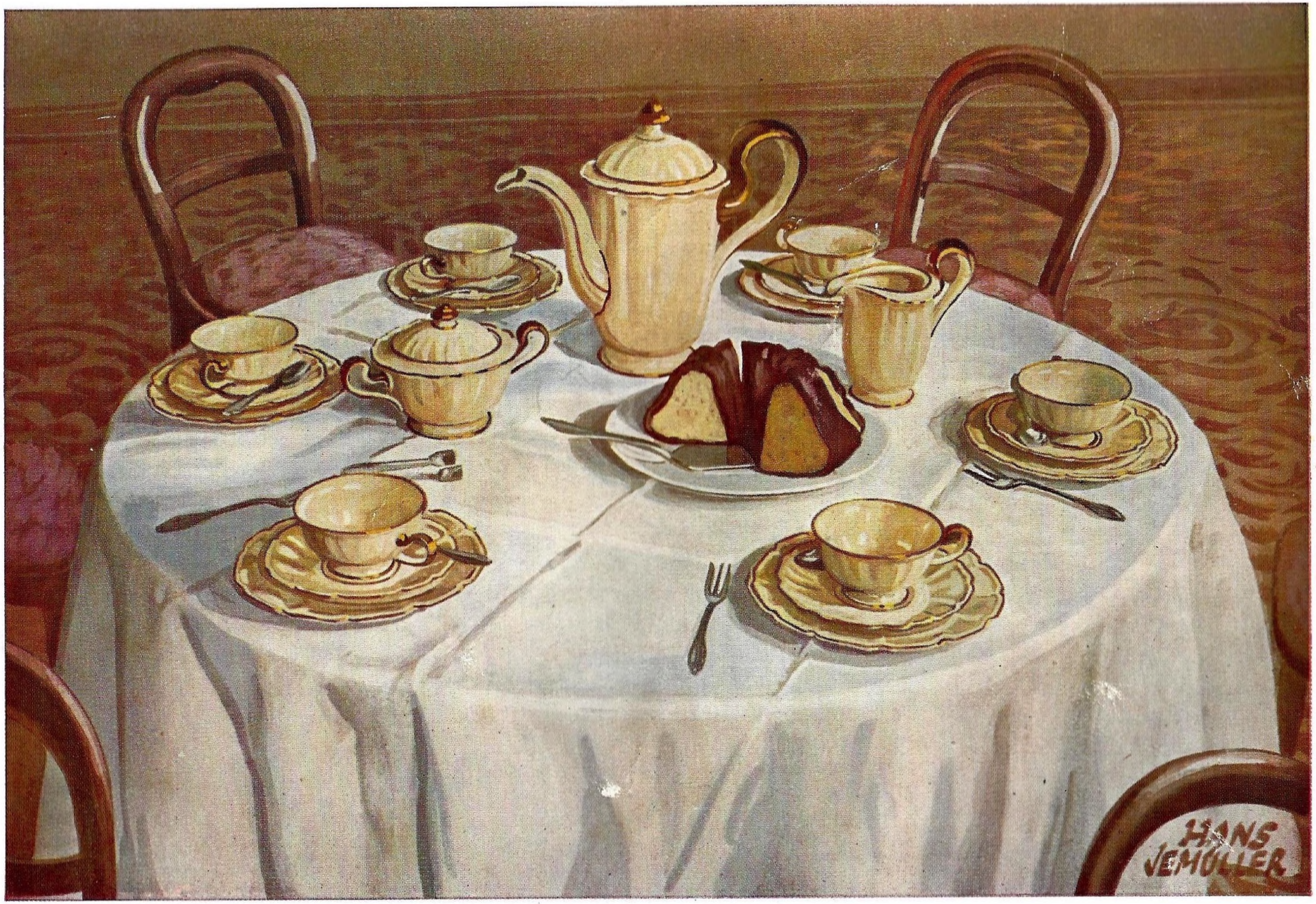
Eine mit kochendem Waſſer ausgebrühte Kaffeekanne, auf die der Filter genau paßt, in kochendem Waſſer heiß ſtellen. Auf den inneren Unterſatz ein leicht angefeuchtetes Filtrierpapier geben (bei Karlsbader Filter nicht nötig), auf dieſes den feinpulverig gemahlenen Kaffee und den fein zerbröckelten Zuſatz ſchütten, den oberen Einſatz aufſetzen, von dem ſprudelnden, friſch kochenden Waſſer einen Schöpflöffel aufgießen und den Filter mit einem Deckel ſofort ſchließen. Nach 1 Minute den zweiten Löffel kochendes Waſſer aufgießen, wieder zudecken und ſo fort, bis die 3 Liter kochendes Waſſer übergegoſſen ſind.

Zweite Art.

In einem Topf, der nur zur Bereitung von Bohnenkaffee verwendet wird, 3 Liter friſches Brunnenwaſſer aufſetzen, 1 Priſe Salz und den fein zerbröckelten Zuſatz hineingeben. Wenn das Waſſer kocht, den feingemahlenen Kaffee hineinſchütten, ſchnell umrühren, zudecken und einmal kurz aufkochen laſſen. Vom Feuer ziehen, 1 bis 2 Eßlöffel kaltes Waſſer hineingeben, damit das Kaffeepulver ſich „ſetzt“. 4 bis 5 Minuten ziehen laſſen. Unterdeſſen die Kaffeekanne heiß anbrühen und ſehr heiß ſtellen. Dann das fertige Getränk vorſichtig in die Kanne gießen und ſofort auftragen. Beim Eingießen benützt man ein kleines Kaffeeſieb. Den Kaffeeſatz kann man für den täglichen Gebrauch noch einmal unter Beifügung von friſchem Kaffeepulver verwenden.

Kaffee-Eſſenz.

1 Kilo, guter, friſch gebrannter Kaffee wird ganz fein gemahlen; davon bereitet man mit 1 Liter Waſſer in der Filtermaſchine einen Aufguß, den man dann in einem gut verſchließbaren Geſchirr bis auf ein Drittel einkochen läßt und


HANS
JEMÜLLER

Der bürgerliche Kaffeetisch

darauf über 1/4 Kilo fein gemahlenen Kaffee gießt. Hierauf wird er in ein anderes Geſchirr gegeben, zugedeckt auf Eis geſtellt und nach dem Erkalten in kleine, ganz dicht ſchließende Flaſchen gefüllt. — Von dieſer Eſſenz genügen einige Tropfen, um mit heißer Milch oder Waſſer 1 Taſſe Kaffee zu bereiten. (Nur kurze Zeit [8 Tage] haltbar.)

Kaffee, kalt bereitet.

In ein Porzellangeſchirr gibt man 1 Liter kaltes Waſſer, fügt dazu den nötigen Zuſatz (Feigenkaffee oder Frank), läßt ſtehen, bis es aufgelöſt iſt, mahlt indeſſen 2 gute Eßlöffel voll guten Bohnenkaffee recht fein, drückt ihn recht feſt in den Einſatz der Kaffeemaſchine und gießt langſam die kalte Löſung darüber. Iſt die ganze Flüſſigkeit durchgelaufen, ſo iſt der Kaffee fertig. Man kann ihn dann auf Eis ſtellen. Man trinkt ihn ſchwarz oder mit Milch oder Schlagrahm gemiſcht.

Kaffee, auf indiſche Art zubereitet.

Der gemahlene Kaffe wird am Abend in eine Flaſche gefüllt und kaltes Waſſer darauf gegeben. Am Morgen ſtellt man die Flaſche in einen Topf mit heißem Waſſer, läßt den Inhalt warm werden und einige Minuten ſtehen. Dann ſeiht man ihn durch ein Spitzſieb, welches mit einem Tuch ausgelegt iſt, gleich in die Taſſen. Durch dieſe ſo einfache Zubereitung hat der Kaffee das beſte Aroma.

Auf türkiſche Art.

Der Kaffee wird zu jeder Mahlzeit friſch gebrannt und in einer türkiſchen Kaffeemühle fein gerieben. Man rührt für eine ſehr kleine Taſſe einen reichlichen Kaffeelöffel voll und gibt 2 Stückchen Zucker in das kochende Waſſer in eine Kanne, läßt die Miſchung aufkochen, unterbricht das Kochen dreimal durch Zugießen von kaltem Waſſer und läßt dann noch einige Minuten ziehen, bevor man ihn zum Trinken reicht.

Eiskaffee.

Soll dieſer gutes Aroma haben, ſo kocht man ihn nicht, ſondern bereitet ihn auf kaltem Wege. Man gibt in einen Topf zu 1 Liter kaltem Waſſer 2 Eßlöffel Zuſatz, deckt den Topf zu und läßt ihn eine Weile ſtehen, gibt 2 Eßlöffel Bohnen gemahlen zu, drückt ſie in den Maſchineneinſatz und gießt dann die Zuſatzlöſung langſam darüber. Iſt die kalte Löſung durchgelaufen, ſo ſtellt man ſie auf Eis und gibt beim Anrichten Vanilleeis dazu. Den Satz kann man unter Zuſatz von friſchen Bohnen nochmals verwenden, da er noch nicht ganz ausgezogen iſt.

Auf ruſſiſche Art.

Von 1 Kilo friſch gebrannter Bohnen und 3/4 Liter Waſſer bereitet man in einem gut verſchloſſenen Topfe Kaffee und läßt ihn bis auf ein Drittel einkochen, ſchüttet denſelben dann noch über 1/4 Kilo fein gemahlener Bohnen und läßt ihn noch einige Zeit ſtehen. Hierauf gießt man ihn durch ein feines Sieb in eine Flaſche, die man auf den Kaffeetiſch in ein heißes Waſſerbad ſtellt, und aus der der Kaffee in die mit heißem Waſſer gefüllten Taſſen gegeben wird. Auf dieſe Art wird auch der Tee bereitet.

Homöopathiſcher Kaffee.

Roggen, Weizen und Gerſte zu je gleichen Teilen werden gebrannt und dann fein gemahlen, mit kaltem Waſſer angeſetzt und zum Kochen gebracht, bis der Schaum vergeht; dann gibt man etwas kaltes Waſſer darüber und läßt ihn ſtehen, bis er ſich geklärt hat. — Man kann dazu auch einige echte Bohnen und etwas Zuſatz geben.

Tee

Der Tee aus den Blättern der Teepflanze diente früher nur als Arzneimittel und fand im Laufe der Zeit, namentlich in England, Holland, Norddeutſchland und Rußland ſehr großen Abſatz und wird in Korea, Java, Sumatra und Amerika angebaut.

Sorten.

Die 2 Hauptſorten ſind: ſchwarzer und grüner Tee. Chineſiſcher Tee ſtammt größtenteils aus China. Karawanen- oder ruſſiſcher Tee wird wegen des feinen Geſchmacks ſehr teuer bezahlt.

Handelsſorten ſind: Peco, Ceylon und unter dieſen eine ganze Reihe von Miſchungen wie: Kongo, Souchong, Kaiſertee, Schießpulver, auch Perltee genannt, u. a.

Tee-Surrogate.

Als Erſatzmittel für den echten Tee werden bei uns bisweilen verwendet: junge Erdbeerblätter, Blätter der Schlehen- und Weißdornſträucher, des Salbei, getrocknete Hagebutten- und Apfelſchalen u. a. Alle dieſe aber erzeugen nicht das Aroma des echten Tees, denn ihre chemiſche Zuſammenſetzung iſt ganz verſchieden von der des Tees. In manchen Ländern verwendet man als Erſatzmittel Blätter des Kaffeebaumes, welche in ihrer chemiſchen Zuſammenſetzung den Teeblättern ähnlich ſein ſollen.

Als beſtes Erſatzmittel kennt man bis jetzt den „Paraguay-Tee“, die leicht geröſteten und dann zerſtoßenen Blätter und Zweige mehrerer Stechpalmenarten, beſonders der in Südamerika einheimiſchen Stechpalme von Paraguay. Dieſe Sorte ſoll in Geſchmack und Wirkung ziemlich mit dem echten Tee übereinſtimmen.

Prüfung.

Künſtliche Färbung des Tees kann man durch Waſchen des Tees erkennen. Reiner Tee, in kaltem Waſſer eingeweicht, färbt dieſes gelb, darf aber durch einige Tropfen Schwefelſäure nicht gerötet werden. Iſt der Tee rein und unverfälſcht, ſo bildet ſich an der Oberfläche des kaltes Tees eine fettige, in Regenbogenfarben ſpielende Haut.

Sehr gut iſt es auch, mit wenig kochendem Waſſer einen Extrakt zu bereiten, dieſen einige Minuten ziehen zu laſſen und dann die übrige benötigte Waſſermenge zuzugießen.

Zubereitung.

Tee wird ſtets durch Aufguß bereitet. In Europa genießt man ihn mit Zucker, Vanille, Milch, Rahm, Arrak, Rum. — Kalter Tee wirkt ſehr durſtſtillend.

Aufbewahrung.

Die Aufbewahrung iſt von großer Wichtigkeit. Tee ſoll durch Abſchluß in Glas-, Porzellan- oder Blechdoſen vor Luft, Licht und ſcharf riechenden Stoffen geſchützt werden. Aufbewahrung in bleihaltigen Gefäßen iſt geſundheitsſchädlich.

Kakao.

Das Kakaopulver hat hellbraune Farbe, aromatiſchen Geruch, iſt ſehr nahrhaft und leicht verdaulich; daher iſt Kakao als Kinder- und Krankenkoſt geeignet.

Zubereitung. Mit Zucker nach Geſchmack angerührt, in kochende Milch, Waſſer und Milch oder nur in Waſſer einlaufen und aufkochen laſſen. (Längeres Kochen vermindert den Wert.)

Schokolade als Getränk.

Ihr Nährwert iſt höher, der Geſchmack feiner als der des Kakaos. Sie wird gerieben und wie Kakao zubereitet, jedoch mit Milch ohne Waſſer und mit weniger Zucker.

Punſche, warm und kalt

Zubereitung allgemeiner Art.

Man feuchtet 900 Gramm Zucker mit ½ Liter Waſſer an und läßt ihn warm und zugedeckt ſtehen. Vor Gebrauch kocht man den Zucker, bis er klar iſt, gibt dazu etwas Vanille, den fein geſeihten Saft von 8 Orangen und 4 Zitronen, eventuell noch die fein geſchnittene gelbe Schale 1 Zitrone und läßt alles aufkochen. Dann macht man Tee von 1 Liter Waſſer und 6 Teelöffeln voll Teeblätter, gießt ihn zum Zuckerſaft, gibt dazu noch 1 Glas Rum und ſeiht alles in den Punſchtopf. — Man kann noch ein Fläſchchen mit Rum herumreichen, damit man nach Geſchmack das Getränk verſtärken kann. — Dazu ſerviert man, beſonders in der Weihnachts- und Neujahrszeit, Stollen, Honigkuchen und Bäckereien uſw. — Will man nur für 1 bis 2 Perſonen Punſch bereiten, ſo füllt man 1 Glas halb mit Würfelzucker je Perſon, gießt es mit Waſſer voll, kocht alles einmal auf, gibt dann ½ Teelöffel Teeblätter und den Saft von ½ Zitrone und Orange dazu, läßt 4 Minuten ziehen, ſeiht es ab, miſcht 2 Teelöffel Rum dazu und ſerviert. Noch ſchneller bereitet man Punſch mit Punſcheſſenz, den man einfach mit heißem Tee miſcht und nach Geſchmack noch nachzuckert.

Punſcheſſenz

6 Zitronen und doppelt ſo viel Orangen werden ausgepreßt, der Saft mit 1 Kilo fein geſtoßenen Zucker gerührt, bis er dick wird, dann miſcht man $^{7}/_{10}$ Liter Rum dazu und füllt die Miſchung in Flaſchen. — Soll die Eſſenz längere Zeit aufbewahrt werden, ſo kocht man den Zucker, bis er Blaſen wirft, gibt dann den geſeihten Saft von 6 Zitronen, ebenſo viel Orangen, den Geruch von 2 Zitronen und ½ bis ¾ Liter guten Rum dazu, füllt alles in Flaſchen, die man kühl und trocken aufbewahrt.

Burgunder-Punſch.

Man gibt in ein irdenes Gefäß den Saft von 6 und die geriebene Schale von 3 Zitronen, 1 kleines Stück Stangenzimt und 3 Nelken, übergießt mit 2 Flaſchen gutem Burgunder und läßt verſchloſſen 12 Stunden ziehen. Hernach ſeiht man durch und läßt den Burgunder zuſammen mit 200 Gramm Zucker den Siedepunkt erreichen, wonach man den Punſch ſofort ſerviert.

Ananas-Punſch.

500 Gramm in kleine Würfel geſchnittene Ananas läßt man zuſammen mit 200 Gramm Zucker und dem Abgeriebenen einer Orange ziehen und übergießt dann mit je einer Flaſche leichten Moſel-, Rhein- und Sauternewein. Dieſe Miſchung läßt man Siedehitze erreichen und reicht in Punſchgläſern.

Glühwein.

Eine Flaſche Rotwein, ½ Flaſche Waſſer, 1 kleines Stückchen ganzer Zimt, 2 Nelken, Schale einer halben Zitrone, Zucker.

Man ſtellt Zucker und Gewürz mit dem Waſſer auf und läßt es einige Male aufkochen. Dann gibt man den Wein dazu und läßt alles zugedeckt nochmals bis zum Kochen kommen. Nun entfernt man die Gewürze und füllt den Glühwein heiß in Gläſer. (Man ſtellt beim Eingießen einen ſilbernen Löffel in dieſelben, damit ſie nicht ſpringen.)

Andere Art. Eine Flaſche Rotwein (Burgunder), Zucker und Gewürz, wie oben. Nach Belieben ½ Flaſche Selterswaſſer.

Man läßt alles zuſammen zugedeckt bis zum Kochen kommen, entfernt die Gewürze und gibt den Glühwein in Gläſern zu Tiſch. Nach Belieben ſchneidet man 1 Zitrone in Scheiben und gibt in jedes Glas ein Stückchen davon.

Spaniſcher Glühwein.

1 Flaſche Sherry wird zuſammen mit 1 Portweinglas Kognak erhitzt, nach Belieben geſüßt und ſofort getrunken.

Guter Silveſter-Punſch. (Originalrezept Pfalz, 200 Jahre alt.) 1 Kilo Zucker, 2 Liter Waſſer, 1 Flaſche guten Wein, $^{1}/_{1}$ Flaſche Arrak, Saft von 2 Zitronen, 15 Gramm Tee.

Zucker und Waſſer heiß werden laſſen, Wein, Arrak und Zitronenſaft dazu, den Tee in einem Mullſäckchen oder Tee-Ei hineinhängen und alles kochend heiß werden laſſen. Schmeckt auch kalt vorzüglich und iſt ſehr bekömmlich.

Weinpunſch.

An ½ Kilo Zucker reibt man 1 Zitrone ab, feuchtet den Zucker mit $^{2}/_{10}$ Liter Waſſer und kocht ihn einige Minuten über das Spinnen, bis er kleine Bläschen wirft, wenn man hineinbläſt. Hierauf gibt man 1¼ bis 1½ Liter guten, alten Weißwein, $^{2}/_{10}$ Liter Rum und den Saft 1 Zitrone dazu, ſeiht alles durch ein Tuch, füllt in Flaſchen, in welche man je 1 Stückchen Vanille gibt, verkorkt, verpicht ſie und verwahrt ſie ſtehend, kühl und trocken. Vor Gebrauch kann man den Punſch erwärmen oder auch kalt ſervieren.

Königspunſch (kalt).

Zu 850 Gramm Zucker gibt man $^{2}/_{10}$ Liter klaren Tee und, ſobald der Zucker zergangen iſt, den Saft von 2 Orangen, 2 Zitronen, $^{3}/_{10}$ Liter Bordeaux, ebenſo viel Weißwein und Champagner und 2/10 Liter Arrak, füllt alles in Flaſchen ſtellt bis zum Anrichten auf Eis und ſerviert möglichſt kalt. — Nach Belieben kann man noch einige Eßlöffel Maraschino und Ananasſyrup dazu geben.

Eierpunſch (warm).

400 Gramm Zucker kocht man mit ½ Liter Waſſer und der fein abgeſchnittenen Schale ½ Zitrone oder Orange, bis er klar iſt, ſeiht ihn ab, miſcht ihn mit Saft von 3 Orangen, 2 Zitronen und Tee von 4 Teelöffeln voll Teeblätter (½ Liter), läßt das Ganze auskühlen, ſchlägt es dann in der Pfanne wie Chaudeau mit 6 Eigelb und 2 Eiweiß, gießt dabei nach und nach 2/10 Liter Rum dazu und ſerviert den Punſch warm.

Jägerpunſch.

1 Flaſche Wein gießt man in eine Tonſchüſſel, legt darüber einen eiſernen Roſt, auf den Roſt ein großes, mit Arrak getränktes Stück Zucker, zündet den Zucker an und läßt ihn in den Wein hineinſchmelzen. Auf dieſe Weiſe fährt man fort, bis ½ Kilo Zucker im Wein iſt. Dann verrührt man das Getränk gut und ſerviert es. Nach Geſchmack kann man es mit Waſſer verdünnen. — Nach Belieben kann man auch 4/10 Liter Champagner dazu geben.

Matroſenpunſch (Grog).

250 Gramm Zucker und 1 Glas Rum gibt man je nachdem in 7/10 Liter kochendes oder kaltes Waſſer — oder, man kocht 1 Kilo Zucker mit etwas Waſſer, bis er Blaſen wirft, gibt dann 3/10 Liter Rum dazu, füllt dieſe Miſchung in Flaſchen, bewahrt ſie auf und gibt beim Gebrauch, je nach Geſchmack, zu kochendem oder kaltem Waſſer.

Ruſſiſcher Punſch.

4 Eigelb ſprudelt man mit ¼ Liter ſüßem Rahm, Zucker und etwas Muskatnuß zu Schaum, gibt dazu etwa 1/8 Liter Rum oder Kognak und ſerviert das Getränk kalt. — Will man es warm, ſo ſprudelt man 2 Eigelb mit ¼ Liter Süßrahm und gibt nach Geſchmack Zucker und Rum dazu.

Bowlen

Vormerkung: Zu ſämtlichen hier angegebenen Bowlen kann man ſtatt Champagner Selterswaſſer oder Mineralſprudel nehmen, um ſie einfacher zu geſtalten.

Pfirſichbowle.

6 große, ſaftige Pfirſiche ſchält man, ſchneidet ſie zu dünnen Scheiben, gibt ſie mit 500 Gramm Zucker in einen Punſchtopf, wo man ſie einige Stunden zugedeckt ſtehen läßt. Kurz vor dem Anrichten übergießt man ſie mit einer Flaſche Weiß- und Rotwein und ſtellt das Ganze auf Eis. Vor dem Servieren gießt man nach Belieben eine kleine Flaſche Champagner hinein.

Ananasbowle.

Eine geſchälte, zu Scheiben geſchnittene Ananas oder aus der Doſe genommene Scheiben gibt man in den Punſchtopf, beſtreut ſie ſtark mit Zucker, gießt einige

Flaſchen Wein darüber und ſtellt alles auf Eis. Kurz vor dem Anrichten gießt man nach Belieben 1 Flaſche Champagner dazu.

Himbeer- oder Erdbeerbowle.

200 Gramm gut reife Walderdbeeren oder Himbeeren gibt man in den Topf, übergießt ſie mit 250 Gramm gekochtem, geläuterten Zucker und läßt ſie ſtehen. Dann beſtreut man 50 Gramm ſehr ſchöne Beeren mit Zucker und gibt ſie in den Punſchtopf. Nach etwa 2 Stunden ſeiht man den Saft der mit Zucker übergoſſenen Beeren über die mit Zucker beſtreuten, gibt darüber etwa $^{7}/_{10}$ Liter guten Weißwein und ſtellt das Ganze auf Eis. Vor dem Servieren gießt man nach Belieben 1 Flaſche Champagner dazu.

Orangenbowle.

An einigen Stückchen Zucker reibt man den Geruch einer Orange ab, teilt 3 ſauber geſchälte Orangen in Spalten, ſchneidet dieſe etwas ein, um die Kerne zu entfernen, gibt die Orangenſpalten mit dem Geruchzucker und noch 250 Gramm Zucker in den Punſchtopf, gießt 2 Flaſchen Wein dazu und ſtellt das Ganze auf Eis. Vor dem Anrichten gießt man nach Belieben eine halbe oder kleine Flaſche Champagner dazu.

Apfelbowle.

Man nimmt dazu etwa 12 große, ſchöne Kalville- oder Reinetteäpfel, 1 Flaſche Weiß- und 1 Rotwein. Die Äpfel werden geſchält, in dünne Scheiben geſchnitten, in den Punſchtopf gegeben, gut mit Zucker überſtreut, etwas Wein daran gegeben und über Nacht ſtehen gelaſſen. Kurz vor dem Anrichten gibt man den übrigen Wein dazu und ſtellt das ganze auf Eis.

Maibowle (Waldmeiſterbowle).

Zu 4 Flaſchen leichtem, aber nicht ſaurem Weißwein miſcht man 1 Flaſche Rotwein, gibt dann ſo viel Zucker hinein, daß der Wein nicht mehr herb, aber auch nicht ſüß ſchmeckt, und gibt nun den friſch gepflückten Waldmeiſter (Asperula odorata), auch Waldklee genannt, hinein und läßt ihn darin ziehen, bis der Wein genug Aroma angenommen hat, dann ſeiht man ihn ab. Hierauf miſcht man 1 Flaſche Champagner dazu und ſerviert die Bowle ſofort.

Zitronenbowle.

2 ſchöne Zitronen werden ſo geſchält, daß kein Weißes mehr daran haftet, dann die einzelnen Teilchen mit einem ſcharfen Meſſer ſo herausgeſchnitten, daß nichts mehr von der Bindehaut daran iſt, und von den Kernen befreit. Mit Puderzucker anſetzen und ½ Stunde ziehen laſſen, und dann mit je 1 Flaſche Moſel und Chablis auffüllen und eine weitere Stunde ſtehen laſſen. Mit 1 Glas Sherry und 1 Flaſche Sekt fertigſtellen.

Kalte Ente. 4 Flaſchen Weißwein (Pfälzer oder Rheinwein), Schale und Saft von 2 Zitronen. Zum Anſetzen 4 bis 5 Eßlöffel Zucker, 2 Flaſchen Schaumwein oder Sprudel (Überkinger oder Apollinaris).

Zitronen ſehr dünn ſchälen. Zitronenſcheiben dürfen nicht verwendet werden. Ebenſo darf von der weißen inneren Zitronenhaut nichts zum Getränk kommen.

Sektbowle.

Erdbeeren, Ananas oder Pfirſich ſetzt man mit etwas Puderzucker an, füllt nach ½ Stunde mit 1 Flaſche leichtem Moſel auf, läßt noch 1 Stunde ziehen, entfernt die Frucht und vollendet mit 2 Flaſchen halbſüßem Sekt.

Liebhaberbowle.

6 große, reife, geſchälte Aprikoſen werden in kleine Stücke geſchnitten und mit etwas Puderzucker angeſetzt. Nach ½ Stunde übergießt man mit 1 Likörgläschen altem Kognak und dem Saft von 2 Orangen und läßt noch ½ Stunde ziehen. Dann mit je 1 Flaſche Rheinwein und Sauternes auffüllen, 1 Stunde ziehen laſſen, die Früchte entfernen und mit 1 Flaſche Sekt vollenden. Als Einlage gezuckerte Aprikoſenſtückchen oder Orangenſcheibchen. Statt Sekt friſches Waſſer, wenn geſtreckt werden muß.

Ananasbowle mit Vanille.

Man ſetzt die Ananas, in feine Scheiben geſchnitten, mit etwas Vanilleſirup an, läßt gut durchziehen und gießt dann mit je 1 Flaſche leichtem Rhein- und Moſelwein auf, läßt noch 1 Stunde durchziehen und gießt zuletzt ½ Flaſche Schaumwein zu.

Orangenbowle.

Die Schale von 6 Orangen wird auf hartem Zucker abgerieben und die Frucht dann ſorgfältig von Haut, Kernen und Bindehäuten befreit. Man teilt die Orangen in Viertelchen und ſchneidet jedes Viertel noch einmal der Länge nach durch. Dieſe Viertel gibt man in eine Glasbowle, begießt mit 2 Likörgläschen Curaçao und ſtellt auf Eis zum Ziehen. Den Hutzucker, an dem die Schale abgerieben wurde, und noch weiterem, daß es ungefähr ½ Kilo ergibt, löſt man mit Waſſer auf und kocht ihn zu Sirup ein, ehe man dann durch ein Tuch ſeiht und kalt ſtellt. Nun gießt man auf die Orangenviertel 2 Flaſchen gut gekühlten Rheinwein, 1 Flaſche Moſel und ſüßt nach Geſchmack mit dem vorher bereiteten Zuckerſirup. Dieſe Bowle läßt man 2 Stunden gedeckt ziehen und gießt beim Auftragen nach Belieben noch ½ Flaſche Sekt zu. Für alle Bowlen iſt es unerläßlich, daß man nur gute, aber leichte Weine nimmt.

Likörbereitung (Schnäpſe)

Grundrezept. 1 Liter Alkohol, 300 bis 500 Gramm Zucker je nach Geſchmack, ½ bis 1 Liter Waſſer je nach Prozent des Alkohols, ½ bis ¾ Kilo Früchte. Die Früchte je nach Art zerquetſchen oder zerkleinern, mit Alkohol in 3 bis 4 Literflaſchen füllen, gut verſchloſſen 3 bis 5 Wochen an ſonnigem Ort ſtehen laſſen, täglich ſchütteln. Aus Zucker und Waſſer Löſung kochen, erkalten laſſen. Alkohol von Früchten abſeihen, kaltes Zuckerwaſſer zum Alkohol geben, auf Flaſchen füllen und gut verkorken. Wird zur Herſtellung von Likören Kornbranntwein verwendet, ſo kann zur Erhöhung des Wohlgeſchmackes zum fertigen Likör eine kleine Menge Kognak oder Rum gegeben werden.

Kümmellikör: ¼ Kilo Kümmel, 125 bis 250 Gramm Zucker, 1 Liter abgekochtes Waſſer, 1 Liter reiner Alkohol.

Miſchen, in Anſatzflaſche 6 Wochen mindeſtens an die Sonne ſtellen.

Orangenlikör. 1 bis 1½ Kilo Orangen fein ſchälen, ¼ Kilo Zucker, 1 Liter abgekochtes Waſſer, 1 Liter reinen Alkohol. Miſchen, an die Sonne ſtellen.

Vanillelikör.

In ½ Liter feinen Weingeiſt gibt man 1 Stange fein geſchnittene Vanille, verſchließt dann die Flaſche gut und läßt ſie etwa 1 Woche an warmem Orte ſtehen. Hierauf kocht man in 1 Liter Waſſer 850 Gramm Zucker ½ Stunde, miſcht nun, ſolange der Zucker noch heiß iſt, den geſeihten Weingeiſt dazu, färbt das Ganze mit Cochenille, läßt alles über Nacht ſtehen und füllt es dann in kleine Flaſchen, die man gut verſchließt und ſtehend aufbewahrt.

Anislikör.

In ½ Liter gutes Kirſchwaſſer oder feinen Kornſchnaps gibt man 20 Gramm grob geſtoßenen, friſchen Anis, 1 kleines Stückchen Zimtrinde und etwas Zitronenſchale, verkorkt die Flaſche gut, läßt ſie 1 Woche ziehen und ſeiht es ab. Dann kocht man 750 Gramm Zucker mit ½ Liter Waſſer bis zum Spinnen, gibt den abgeſeihten Weingeiſt dazu, läßt alles über Nacht ſtehen, filtert es dann, füllt es in kleine Flaſchen, die man gut verſchließt und ſtehend aufbewahrt.

Kaffeelikör.

Zu ½ Liter gutem Weingeiſt gibt man 3 Gramm geſchnittene Vanilleſtange, verſchließt die Flaſche und läßt ſie an einem warmen Ort 5 bis 8 Tage ſtehen. Dann kocht man 1 Kilo Zucker mit ½ Liter Waſſer bis zum Spinnen; währenddem macht man von ¼ Kilo möglichſt friſch gebranntem Kaffee einen Abguß von ½ Liter, kocht dieſen mit dem Zucker auf, läßt dann alles erkalten und miſcht hierauf den abgeſeihten Weingeiſt dazu. Dieſe Miſchung füllt man zuerſt in große Flaſchen, die man verkorkt 5 bis 6 Wochen in der Küche ſtehen läßt und dann erſt in kleinere Flaſchen umfüllt. Man ſchließt ſie ganz dicht und bewahrt ſie in trockenem Raum ſtehend auf. — Dieſen Likör kann man etwa 3 Monate aufbewahren. Nach längerer Zeit verliert er an Geſchmack.

Weichſellikör.

Gut reife Weichſeln werden abgewiſcht, die Stengel abgenommen und in eine große weithalſige Flaſche gegeben. Hierauf kocht man für je 1½ Kilo Früchte 1 Kilo Zucker mit ⅔ Waſſer bis zum Spinnen, läßt den Zucker etwas auskühlen, gibt dann ⅔ Liter feinen Weingeiſt dazu, gießt alles zu den Weichſeln in die Flaſche, verkorkt dieſe und ſtellt ſie 20 Tage an einen ſonnigen Fenſterplatz. Nach einigen weiteren Wochen iſt der Likör genußreif. Man gießt ſo viel als man braucht, ab und läßt den übrigen auf den Früchten ſtehen. Die zuletzt übrig bleibenden Früchte kann man zu einem ſehr ſchmackhaften Kompott verwenden.

Nußlikör.

1½ Kilo grüne Nüſſe lauwarm waſchen, in Achtel teilen, dann ¼ Liter Zucker zugeben, 1 Liter Waſſer abkochen, erkaltet darüber gießen, dann 1 Liter reinen Alkohol. In Anſetzflaſche an die Sonne ſtellen. Vor den letzten 8 Tagen 1 Stange Zimt und 5 bis 6 Nelken, feine Schale 1 Zitrone hineingeben.

Heidelbeer- oder Taubeer-Likör.

1 bis 1½ Kilo Beeren ſehr ſauber waſchen und verleſen, dann 375 Gramm Zucker zugeben, dann 1 Liter abgekochtes Waſſer und 1 Liter reinen Alkohol darüber gießen, 1 Stange Zimt und 5 bis 6 Nelken nach 5 Wochen zugeben. In einer Anſatzflaſche 6 Wochen an der Sonne ſtehen laſſen.

Cherry Brandy.

1 bis 1½ Kilo Schwarzwälder Kirſchen abſtengeln, waſchen, 375 Gramm Zucker, 1 Liter abgekochtes kaltes Waſſer, dann 1 Liter reinen Alkohol zugeben. 6 Wochen an der Sonne ſtehen laſſen.

Black Berry.

1 Liter Brombeerlikör (wie Heidelbeerlikör) zubereiten und zu Cherry Brandy miſchen.

Die bisher genannten Liköre werden in der Sonne deſtilliert.

Will man das ganze Jahr über Liköre bereiten, ſo bedient man ſich der im Handel befindlichen Eſſenzen, wie z. B. der Reichel-Eſſenzen.

Zu Ingwer-Likör z. B. gibt man 1 Original-Flaſche Eſſenz, 1 Liter reinen Alkohol, 625 bis 750 Gramm Zucker, 1⅛ Liter abgekochtes Waſſer und erhält 2½ Liter Likör.

Zu Boonekamp 1 Original-Flaſche Eſſenz, ½ Liter Alkohol, 1 Teelöffel Zucker, ½ Liter Waſſer.

Zu Karthäuſer 1 Original-Flaſche Eſſenz, ½ Liter Alkohol, 375 Gramm Zucker, ½ Liter Waſſer.

Eisgetränke

Vormerkung.

Wenn die Sonne heiß am Himmel brennt, dann verſpürt ein jeder das Bedürfnis, ein recht gut geeiſtes Getränk zu ſich zu nehmen.

Wir unterſcheiden die Eisgetränke in 2 Sorten, ſolche mit Zuſatz von Alkohol und alkoholfreie. Stark alkoholiſche Getränke werden vorwiegend als Appetitanreger vor den Mahlzeiten gegeben; die anderen ſind zu jeder Zeit willkommen.

Zur Herſtellung von Cocktails und derartigen Getränken benötigt man einen Schüttler (Shaker), der in allen einſchlägigen Geſchäften für geringes Geld zu haben iſt. Ein kleiner Eishobel iſt nützlich, doch nicht unbedingt erforderlich, da man das Eis auch in einem Tuch mit einem Hammer klein ſchlagen kann.

Alkoholfreie Eisgetränke.

Orangen-Soda.

Man gibt in ein hohes Glas 1 Eßlöffel Orangeneis, gießt den durchgeſeihten Saft einer ausgepreßten Orange darüber und füllt mit Sodawaſſer auf.

Zitronen-Soda.

Wie Orangen-Soda, nur daß man Zitroneneis und -Saft nimmt und etwas Zuckerſyrup zum Süßen zuſetzt.

Schwach alkoholiſche Eisgetränke.

M.-M.-Cocktail.

In ein Weißweinglas gibt man 1 kleinen Löffel recht kräftiges Orangeeis, darüber ſpritzt man einige Tropfen Curaçao orange und füllt mit Matheus Müller extra auf.

Kaffee-Flip.

Man gibt 1 Eßlöffel Kaffee-Eis in ein hohes Glas, gießt darüber kalten, ſtarken Kaffee bis zur Hälfte und einige Tropfen Kognak, füllt mit Sodawaſſer faſt voll und gibt 1 Eßlöffel voll Schlagſahne (Schlagrahm) obenauf.

Tee-Flip.

Wie Kaffee-Flip, jedoch nur mit ſchwachem, kaltem Teeaufguß halb vollfüllen, einige Tropfen Rum hinzugeben und obenauf Schlagſahne (Schlagrahm).

Heiße Getränke für kühle Tage

Eier-Kaffee.

4 Eigelb werden mit 550 Gramm Zucker und ½ Liter Kaffee im Waſſerbad ſchaumig geſchlagen, mit je 1 Likörglas Kognak und Rum vermiſcht und in Punſchgläſern aufgetragen.

Eier-Schokolade.

4 Eigelb mit ¾ Liter Schokolade im Waſſerbad ſchaumig ſchlagen, in Gläſer füllen und auf jedes einen großen Löffel Schlagſahne (Schlagrahm) geben.

Zitronengetränke

Zitronentee.

In nicht zu ſtark bereiteten chineſiſchen Tee gibt man feine Zitronenſcheiben, kleine Eisſtückchen und Zucker nach Geſchmack.

Zitronenlimonadde.

Zitronenſaft wird mit genügend Zucker gemiſcht, einige Stückchen Eis dazu gegeben, mit Sprudel oder Selterwaſſer aufgefüllt und gleich ſerviert.

Auf engliſche Art.

Man gibt in ein Glas den Saft 1 Zitrone, dazu 1 Löffel voll Zitronat, 1 Löffel Vanilleeis, füllt mit Sprudel auf, verrührt alles gut und gibt zuletzt obenauf 1 Löffel voll Schlagrahm.

Gemiſchtes Zitronengetränk.

Zu 2 Eßlöffel Zitroneneis gibt man 1 feingeſchnittene Banane, füllt das Ganze mit Sprudel oder Brunnenwaſſer auf und zuckert nach Geſchmack.

Zitrone mit Milch.

1 Glas kalter Milch wird mit dem Saft 1 Zitrone gemiſcht; nach Geſchmack kann man auch noch etwas Zucker beigeben.

Zitronenkaltſchale.

Das Gelbe 1 Zitrone wird fein zerſtampft, dazu gibt man den Saft von 2 Zitronen und 3 Eßlöffel Zucker, läßt alles einige Stunden ziehen; gießt dann 2 Glas guten Weißwein und 1 Liter kochende Milch darüber, ſeiht alles durch ein ſauber gebrühtes leinenes Tuch und ſtellt bis zum Anrichten auf Eis.

Oder: Man kocht eine Suppe von Grieß, Sago, Mondamin uſw., würzt mit Zitronenſchale und Kaneel, nimmt vom Feuer und rührt in die heiße Suppe 3 bis 4 Eigelb pro 1 Liter; gibt dann 70 Gramm Zucker und den Saft von 2 Zitronen dazu. Das Eiweiß wird feſt geſchlagen, zur Hälfte unter die Suppe gezogen, die andere Hälfte gezuckert als kleine Häufchen, Flocken obenauf gegeben. Bis zum Anrichten kalt ſtellen.

Zitronenchaudeau.

2 Eier und 3 Eigelb rührt man mit 100 Gramm Zucker ſchaumig, gibt dazu 10 Gramm Mondamin, ½ Liter Weißwein und ebenſo viel Waſſer, ſchlägt auf dem Feuer, bis es dicklich wird, ſchlägt es dann kalt und zieht zuletzt den ſteif geſchlagenen Schnee der Eiweiß darunter. Nach Geſchmack kann man mehr oder weniger Zucker nehmen. Bis zum Anrichten ſtellt man es kalt.

Auf dieſelbe Art oder auch gemiſcht kann man die Getränke auch von Orangen herſtellen.

Sorbets

Orangen-Sorbet.

4 Orangen ſchält man vorſichtig ſo, daß nichts von dem Weißen der Haut daran bleibt, ſpaltet ſie, entfernt ſorgfältig die Kerne und überſtreut das Ganze mit 150 Gramm Zucker. Dann reibt man von 4 anderen Orangen das Gelbe leicht ab mit 150 Gramm Würfel- oder Hutzucker, gibt den Saft der Orangen zum Zucker, und wenn ſich dieſer aufgelöſt hat, erhitzt man langſam bis zum Kochen, wobei man ſtändig rührt. Dann läßt man ihn erkalten, miſcht nach Geſchmack friſches Waſſer, in das man etwas Zitronenſaft gegeben hat, oder auch Mineralſprudel dazu, gießt alles über die eingezuckerten Orangenſpalten, läßt noch einige Zeit ziehen, wobei man es möglichſt kühl ſtellt, und füllt dann mit je 1 bis 2 Spalten in die Gläſer.

Sorbet von verſchiedenen Früchten.

350 Gramm Zucker oder nach Geſchmack etwas mehr läßt man mit 1 Liter Waſſer aufkochen, ſchäumt ab und gießt ihn zum Erkalten in eine Porzellan-

ſchüſſel, in der man etwa 1 Teelöffel voll pulveriſierte Zitronenſäure gegeben hat. Dann gibt man gut geſäuberte Johannisbeeren, Erdbeeren oder Himbeeren in einen Topf, gibt darüber einige Löffel Waſſer und feinen Zucker, ſtellt dann das Ganze an eine warme Stelle auf dem Ofen (aber nicht kochen), bis der Saft ausgefloſſen iſt. Dieſen läßt man nun durch ein feines Sieb laufen, miſcht ihn mit dem erkalteten Zucker und ſtellt alles kalt, bis man es ſerviert. — Am beſten iſt es, das Verhältnis zwiſchen den einzelnen Zutaten wie Zucker, Obſtſaft, Waſſer und Zitronenſäure nach eigenem Geſchmack feſtzuſtellen. — Den Rückſtand im Sieb kann man zu Marmelade uſw. verwenden.

Sorbet auf türkiſche Art. (Für kleinere Feſtlichkeiten beſonders geeignet.)

Man nimmt etwa 2 Kilo ſchöne, gut reife Pfirſiche, ſucht davon die 10 ſchönſten Stücke heraus, häutet und halbiert ſie vorſichtig, legt ſie in eine Glasſchale, beſtreut ſie mit feinem Zucker und läßt ſie 3 bis 4 Stunden ſtehen. Die anderen Früchte werden entſteint, mit etwa ¾ Liter Waſſer gekocht, bis ſie zerfallen. Man preßt ſie dann ſofort durch ein Tuch. Nun ſchlägt man 8 bis 10 Pfirſichſteine auf, nimmt die inneren Kerne, zieht ihnen die braune Haut ab, gibt ſie in den Saft, dazu noch ½ Kilo Zucker, läßt das Ganze bei ſtetem Umrühren einige Minuten kochen und dann erkalten. Um den Saft klar zu erhalten, muß man beim Kochen abſchäumen. Beim Anrichten gibt man in je 1 Weinglas ½ eingezuckerten Pfirſich, dazu einige Löffel des eingekochten Saftes und füllt das übrige mit Mineralſprudel auf. — Man kann denſelben Sorbet auch aus Marillen (Aprikoſen) herſtellen.

Oder: Man zerdrückt recht reife Erdbeeren, Himbeeren, Johannisbeeren oder Aprikoſen, miſcht ſie mit etwas Waſſer und ſeiht den Saft ab. In dieſen gibt man dann Zucker nach Geſchmack, Zitronenſaft und etwas Maraſchino, ſtellt alles auf Eis oder gibt Eisſtückchen hinein und ſerviert das Getränk in Weingläſern.

Verſchiedene Erfriſchungen für den Haushalt

Orangenlimonade.

Man drückt den Saft von beliebig viel Orangen aus, ſeiht durch ein feines Tuch und ſüßt ihn nach Geſchmack. Spitzkelche werden zu ⅓ mit dem Saft gefüllt, in jedes ein feiner Streifen dünn geſchälter Schale gelegt, 1 nußgroßes Stück Eis hinzugegeben und das Glas mit dem Mineralwaſſer aufgefüllt.

Südamerikaniſcher Eiskaffee.

300 Gramm feine Kaffeebohnen werden gemahlen und mit 2 Liter kochendem Waſſer aufgefüllt. Wenn der Kaffee kalt iſt, wird er ſorgfältig durch ein feines Tuch gegoſſen und mit 1 Liter halb geſchlagener Sahne und zum vollſtändigen Kaltwerden in Eis gepackt. Der Kaffee iſt ganz ſtark zu kühlen, doch darf er nicht gefroren werden. Beim Anrichten rührt man ordentlich durcheinander, gibt auf jeden Liter Kaffee je 1 Likörgläschen Kognak und Jamaikarum, füllt in Gläſer und gibt auf den Kaffee je Glas 1 Löffel Schlagſahne (Schlagrahm).

Schwediſches Eis.

500 Gramm Weichſelkirſchen in Doſen, ohne Stein, werden ganz fein geſtoßen und mit 1½ Liter Sirup von zirka 20 Grad Celſius übergoſſen und zum Ziehen beiſeite geſtellt. Hiernach ſtreicht man die Kirſchen nebſt Sirup durch ein feines Sieb, friert in der Eisbüchſe wie üblich, und nachdem das Eis ziemlich feſt iſt, miſcht man noch ½ Liter nicht zu feſt geſchlagene Sahne darunter. Das Eis wird nun in kleine ſilberne oder Porzellankaſſerollen, ſogenannte Cocottes, gefüllt, oben glatt geſtrichen, mittels eines Spritzſackes mit Schlagſahne hübſch verziert und mit einer kandierten Kirſche in der Mitte belegt. Mit Feingebäck reichen.

Getränke von Fruchtzucker.

Zu ¼ Kilo Zitronenſaft, durch ein Tuch geſeiht, gibt man 1 Kilo fein geſtoßenen Zucker, rührt mit einem Holzlöffel, bis es teigartig wird, zerteilt dann die Maſſe zu Bröſeln, gibt ſie auf Teller und ſtellt ſie in das beinahe kalte Ofenrohr zum Trocknen. Wenn der Zucker trocken iſt, ſtößt man ihn fein und bewahrt ihn in gut verſchließbaren Gläſern trocken auf. Will man nun eine Limonade bereiten, ſo gibt man 2 bis 3 Löffel von dem Zucker in ein Glas und füllt mit Waſſer auf. Auch für leichten Punſch verwendbar; man gibt dann einige Löffel voll zu Tee und Rum.

Auf dieſelbe Weiſe, wie oben angegeben, bereitet man den Fruchtzucker von Erdbeeren, Johannisbeeren, Himbeeren uſw.

Milch-Miſch-Getränke

Honig-Milch (kalt).

4 Eßlöffel flüſſigen Honig mit 1 Liter Milch miſchen. Wenn der Honig mit der Milch vollkommen verſchmolzen iſt, 1 geſtrichenen Teelöffel Zimt dazu tun und nochmals durchſchütteln. In gekühlte Becher geben.

Mandel-Milch.

4 Eßlöffel Mandel-Eſſenz mit 1 Liter Milch und eventuell 2 Teelöffeln Staubzucker tüchtig durcheinander ſchütteln und durch ein Sieb in gekühlte Becher füllen. Mandel-Eſſenz: 50 ſüße und 10 bittere Mandeln reiben und in 1 Taſſe Milch geben, in der ſie einige Stunden ziehen müſſen.

Mandel-Frucht-Milch.

Zu 8 Eßlöffeln Mandel-Eſſenz (wie oben) den Saft von 4 Apfelſinen und 2 Zitronen, 2 Eßlöffel Staubzucker und 1 Liter Milch geben, durchſchütteln, in gekühlte Becher ſeihen.

Himbeer-Schokoladen-Milch.

8 Eßlöffel Himbeerſaft, ½ Liter ſtarke, kalte Schokolade, den Saft von 2 Zitronen und 1 Liter Milch durchmiſchen und geſiebt in kühle Becher geben.

Malz-Milch.

4 Eßlöffel Malzextrakt (dünnflüſſig) und 2 Eßlöffel Puderzucker mit 1 Liter Milch ſo lange durchſchütteln, bis ſich das Malz der Milch reſtlos mitgeteilt hat. In gekühlte Becher geben.

Mokka-Milch.

½ Liter Mokka (2 Lot Kaffee auf ½ Liter Waſſer), 2 Eßlöffel Staubzucker und ½ Liter Sahne mit ½ Liter Milch vermiſchen und ungeſiebt in gekühlte Becher geben.

Milch verkehrt.

¼ Liter Mokka, ¼ Liter ſtarke, kalte Schokolade, 1 Eßlöffel Staubzucker durchſchütteln, danach ¾ Liter Milch und ¼ Liter Sahne (Rahm) mitmiſchen und ungeſiebt in gekühlte Becher geben.

Schokoladen-Milch.

½ Liter ſtarke, kalte Schokolade mit 1 Dotter miſchen, danach ½ Liter Milch und ½ Liter Sahne (Rahm) dazu geben. Ungeſiebt in gekühlte Becher tun.

Ingwer-Milch I.

4 Eßlöffel Honig, 4 Eßlöffel Ingwer-Eſſenz, 1 Liter Milch tüchtig miſchen und in gekühlten Bechern anrichten. Ingwer-Eſſenz: 125 Gramm kandierten Ingwer breit gedrückt in 8 Eßlöffeln Milch einige Zeit ziehen laſſen; zur Beſchleunigung kann der Ingwer fein gewiegt werden, muß dann aber durch ein Sieb in den Miſchbecher gegeben werden.

Ingwer-Milch II.

4 Eßlöffel Ingwer-Eſſenz, ½ Liter ſtarke, kalte Schokolade und 1 Liter Milch miſchen und durch ein Sieb in gekühlte Becher geben.

Zimt-Milch.

2 Eßlöffel Puderzucker, den Saft von 4 Zitronen und 1 Liter Milch durchſchütteln, 2 Teelöffel Zimt dazu geben und nochmals kräftig ſchütteln. Durch ein ſehr feines Sieb in gekühlte Becher füllen.

Muskat-Milch.

2 Eßlöffel Staubzucker, den Saft von 6 Apfelſinen und 4 Zitronen mit 1 Liter Milch durchſchütteln. Wenn alles ſchaumig iſt, 1 geſtrichenen Teelöffel Muskat dazu tun und nach nochmaligem Schütteln in gekühlte Becher geben.

Zitronen-Milch.

2 Eßlöffel Puderzucker, den Saft von 4 Zitronen und 1 Liter Milch tüchtig ſchütteln und durch ein Sieb in gekühlte Becher geben.

Apfelſinen-Milch.

2 Eßlöffel Staubzucker, Saft von 6 Apfelſinen und 1 Liter Milch gut durchſchütteln und durch ein Sieb in gekühlte Becher geben.

Neuzeitliche fleiſchloſe Küche

Es mag manchen merkwürdig anmuten, wenn von „Neuzeitlicher Küche“ geſprochen wird, ehe er genau weiß, was er ſich unter dieſem Titel vorſtellen ſoll. Wir alle wiſſen, daß wir an einem Wendepunkt in unſerem Daſein angelangt ſind. Täglich, ſtündlich ändern ſich die Verhältniſſe. Das Alte um uns ſinkt und Neues muß entſtehen. Wie das Neue ausſieht, wiſſen wir noch nicht. Nur eines fühlen wir, daß alles viel einfacher und echter wird, als früher.

Wir alle ſind beſtrebt, unſer Sein und Treiben und alles, was um uns iſt, zu erfaſſen. Es hat kaum eine Zeit gegeben, in welcher man ſich ſo viel um des Menſchen Weſen und Tun (eigentlich Menſchenkunde genannt) gekümmert hat. Wir bemühen uns, den ganzen Menſchen zu erfaſſen und zu erkennen, ſein ſeeliſches ſowohl als ſein körperliches Leben zu ergründen. Ein alter Lateiner ſagte: „Nur in einem geſunden Körper wohnt eine geſunde Seele!“ und Goethe ſagt: „Es iſt der Geiſt, der ſich den Körper baut!“ Wir ſehen daraus, daß ſowohl Geiſt als Körper eine gleich wichtige Rolle ſpielen. In dieſem Sinne iſt es auch berechtigt, von einer neuzeitlichen Ernährung zu ſprechen und eine neuzeitliche Küche aufzubauen. Wie der Geiſt durch Bücher beeinflußt wird, ſo der Körper durch die Ernährung. Geiſt und Körper ſind ſo eng verbunden, daß immer eine Wechſelwirkung ſtattfindet; daher iſt es notwendig, unſere größte Aufmerkſamkeit einer ſorgfältigen Ernährung zuzuwenden. Es werden Menſchen auf hohem geiſtigen Niveau ſich anders ernähren müſſen als Menſchen, die körperlich ſchwer arbeiten müſſen; auch Jugend, Mittelalter und Alter werden eine verſchiedene Ernährung brauchen.

Die neuzeitliche Küche iſt in ihrer Weiſe eine ſehr raffinierte Küche. Sie verſucht, nach den Feſtſtellungen verſchiedener Gelehrter wie Bircher-Benner, Gerſon und Sauerbruch, die wichtigen, nahrhaften Stoffe, die in den Gemüſen und Früchten enthalten ſind, dem Körper als Heilmittel und Lebenskraft zuzuführen, und will hauptſächlich vermeiden, durch zu ſtarke Hitze oder zu langes Kochen die Vitamine zu zerſtören. Im Pflanzenreich finden wir die notwendigen Stoffe für unſeren Körper und es obliegt uns die Aufgabe, dieſe teilweiſe roh, teilweiſe gekocht zu Speiſen zu geſtalten. Es iſt dies nicht allzu einfach, da man den althergebrachten Sitten und Gewohnheiten auch Rechnung tragen muß. Doch der erfinderiſche Sinn der Frau einerſeits und die Verantwortung für die Geſundheit unſerer Lieben andererſeits macht uns die Aufgabe leicht; wir können alte Rezepte verbeſſern und neue Speiſen komponieren.

Die neuzeitliche Küche unterſcheidet 2 Gruppen:

Die Gruppe Nahrungsmittel und die Gruppe Genußmittel. Unter Nahrungsmittel fallen alle Früchte, Blätter, Stiele, Knollen, Wurzeln, auch Körnerfrüchte und Samen; ſie werden teilweiſe roh, und teilweiſe gekocht zu Speiſen zubereitet, genoſſen. Bei den rohen Pflanzen kommt hauptſächlich die lebende Zelle, die mit Sonnenenergien gefüllt iſt, und die die Lebenskraft ſpendet, in Frage. Ihre Behandlung in der Küche muß eine ſehr zarte ſein, z. B. ſollen junge Blätter möglichſt ganz friſch, nicht zerdrückt oder verwelkt zur Rohkoſt verwendet werden; auch ſind die Blätter von grüner Farbe wertvoller als die gebleichten, die keine Sonne hatten. Die Früchte, Körner und Wurzeln haben bei näherer Betrachtung ihre Lebens- und Sonnenenergien teilweiſe in der Schale, im Kerngehäuſe oder im kleinen Samenhäutchen; dies ſind die Keimzellen und Kraftquellen, und gerade auf die Einverleibung dieſer Kraftzufuhr hat es die neuzeitliche Küche abgeſehen. Es geht daraus ganz logiſch hervor, daß das Korn mit Schale und Silberhäutchen zum Brote verwendet wird, daß die Früchte und Knollen mit der äußeren Schale und dem Kerngehäuſe genoſſen werden; man wird ſie nur gut reinigen und die faulen Stellen ſorgſam entfernen.

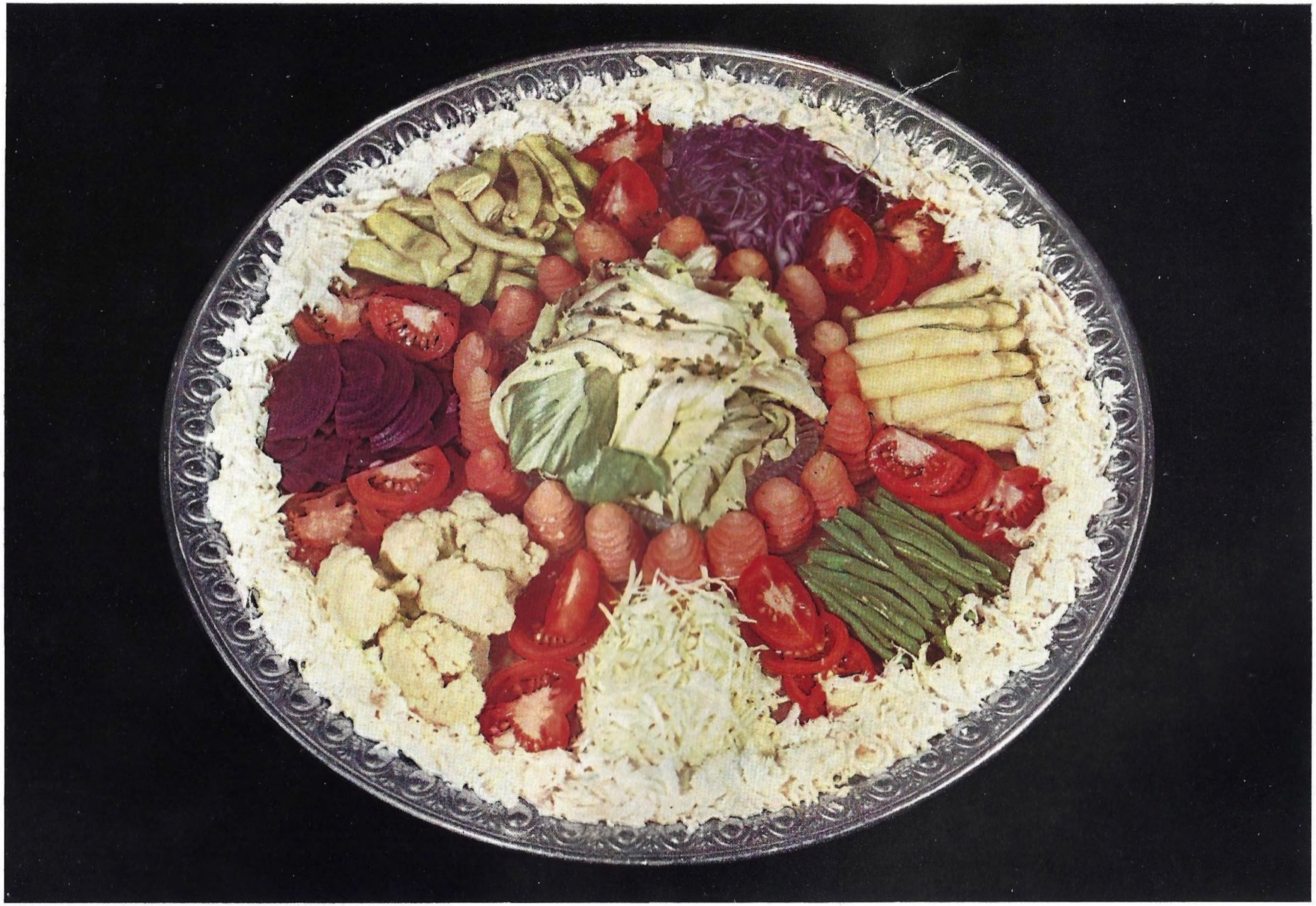
Nach Bircher-Benner iſt es erwieſen, daß der Menſch mit viel weniger Eiweiß, als wir bisher meinten, auskommt, und daß das pflanzliche Eiweiß genügt. Es wäre aber irrig, zu meinen, daß wir von Pflanzen allein uns ernähren können, denn nicht bloß das Eiweiß, ſondern auch Vitamine, Kohlenhydrate und Fette ſind zu einer vollwertigen Ernährung nötig. Vitamine finden wir in Rohkoſt von Salaten und Früchten, Eiweißſtoffe in allen rohen und gekochten Gemüſen, Kohlenhydrate in allen Körnerfrüchten (Brot), Kartoffeln, Reis, hauptſächlich Schalenreis, Fette in den Ölen von Oliven, Sonnenblumen, Erdnüſſen und in Rahm und Butter.

Außer dem Fettgehalt ſind in den kalt geſchlagenen Ölen ſowie in friſchem Schlagrahm auch Vitamine enthalten.

Der ſchaffende Geiſt der Frau wird mit Leichtigkeit dieſen Gedankengang erfaſſen und zum Wohle der Menſchheit auswirken.

Von alters her ſind wir zwar an eine Fleiſchnahrung gewöhnt, doch es iſt vielleicht nicht immer die mangelnde Geſundheit, ſondern in manchem Falle auch die Ethik, die uns von der Fleiſchnahrung jetzt zurückhält. Der Körper aber verlangt die ihm vertrauten und gewohnten Stoffe, und es iſt eine ſehr ſchwere Aufgabe für die neue Küche, der Allgemeinheit gerecht zu werden. Es iſt aber ſchon ſehr viel gewonnen, wenn die neuzeitliche Kochart und Behandlung der Gemüſe, Salate, Früchte und Getränke die Aufmerkſamkeit unſerer verehrten Hausfrauen erweckt. Sie werden ſehr bald einſehen, daß ein richtig zubereitetes Gemüſe, und ſei es z. B. nur ein Kürbis mit Tomaten, eine Wohltat iſt in bezug auf die Verdaulichkeit der Gemüſe im Vergleich zu ausgekochtem und oft aufgewärmtem Sauerkraut. Ein Gemüſe, das ganz kurz im eigenen Saft gedämpft iſt, behält alle Nährſtoffe, iſt leicht verdaulich und hat feinen Geſchmack. Das ſtark ſättigende Moment mag daher zu kurz kommen, da es den Magen nicht ſo ſtark belaſtet wie alle tot gekoch-

**Rohkost
vegetarisch**



In der Mitte: Grüner Salat, umkränzt von gedrehten Karotten, anschließend Abteilungen durch Tomatenscheiben getrennt, Weißkraut, Prinzeßbohnen, Spargelköpfe, Blaukraut, Brechbohnen, rote Rüben, Blumenkohl; als Einrahmung geschabter Meerrettich.

ten Speiſen. Vitamine ſind die unbekannten Stoffe, die ſich in allen friſchen Pflanzen vorfinden; darum iſt die Rohkoſt als Ergänzung zu den gekochten Speiſen unbedingt nötig. Man genießt ſie als erſtes Gericht bei der Mahlzeit, um den Appetit anzuregen.

Es folgen eine Anzahl Anweiſungen.

Speiſenzettel

Frühſtück.

Diätſpeiſe nach Dr. Bircher (Müsli). Brot und Butter, Nüſſe oder Mandeln. (Diätſpeiſen ſiehe Abhandlung „Diätküche".)

Getränk: Hagebuttentee, Lindenblüten- oder Pfefferminztee, auch kalte oder warme Milch.

Mittageſſen.

Reichhaltiger Speiſenzettel.

Tomaten mit Spinat gefüllt, Weißkraut mit Schlagrahm, Radieschen.
Bouillon in Taſſen mit gebackenem Brot.
Stangenſellerie, gebacken, mit Remouladenſoße, Pariſer Kartoffeln.
Dattelkuchen.

Karotten und Erbſen mit Mayonnaiſe, grüner Salat mit feinen Kräutern.
Frühlingsſuppe mit Reis.
Spargel mit Holländiſcher Soße, Kartoffeln nach Haniſch.
Bananenſchaum.

Spargel mit Mayonnaiſe, Meerrettich mariniert, Spinat mit Knoblauch, Mayonnaiſe.
Blumenkohlſuppe.
Selleriebraten mit Apfelpüree.
Käſeomelette mit Salat.

Belegte Brötchen mit Meerrettich, Tomaten, Kräuterbutter.
Bouillon mit Ei und Schnittlauch.
Blumenkohl au gratin.
Hirſewürſtchen mit friſcher Kirſchenſoße.

Karotten mit Zitrone und Öl, Gurkenſcheiben mit ſaurem Rahm, Haſelnußbutter.
Waſſergrießſuppe mit Schnittlauch.
Stachyspaſtete mit Salat.
Fruchtſalat von getrockneten Früchten mit Schlagrahm.

Schwarzwurzeln mit Schlagrahm und Meerrettich, Artiſchockenböden mit Mayonnaiſe.
Sauerampferſuppe mit harten Eiern.
Gefüllte Tomaten mit Champignons, Kaukaſiſcher Reis.
Erdbeer-Bananencreme.

Roſenkohl mit Zitrone und Öl, Sellerie, gebleicht, mit Mayonnaiſe, Karotten, mariniert mit Schlagrahm.

Eierfrüchte gegrillt, Kartoffeln in Champignonſoße.

Erdbeereiscreme.

Man reicht hierzu als Getränk: 1 Glas Apfel- oder Traubenſaft.

Früchte, Nüſſe, Vollkornbrot ſtehen immer auf dem Tiſch, ſo daß ſich jeder bedienen kann.

Einfacher Speiſenzettel.

Früchte, Sauerkraut mit Niſſelſalat. Bohnen mit Ei, Kartoffeln mit Butter.

Früchte, Blumenkohl mit Mayonnaiſe und Tomatenſcheiben. Linſenpflanzerln mit Kohlrabigemüſe.

Früchte, Weißkraut mit Schlagrahm, Gelbe Rüben mit Zitronen und Öl. Kümmelkartoffeln mit grünem Salat. Franzöſiſche Brotſuppe.

Früchte, Rote Rüben mit Äpfel, Endivienſalat mit Kräutermayonnaiſe. Polentanockerln mit Käſe und gebratenen Tomaten.

Früchte, Chioreeſalat mit Mayonnaiſe und jungen Kartoffeln. Apfelreis aus Schalenreis.

Früchte, Rotkraut mit Äpfel, Spinat mit Meerrettich und Schlagrahm. Ruſſiſche Suppe mit Buchweizengrütze.

Früchte, Tomatenſcheiben mariniert mit grünem Salat. Amerikaniſche Kartoffeln, Steinpilze mit Ei.

Warme Abendmahlzeit.

Früchte, Brot, Butter, Nüſſe. Tomatenomelette.

Früchte, Brot, Butter, Nüſſe. Roſenkohl in Butterſoße, Kartoffeln in der Schale.

Früchte, Brot, Butter, Nüſſe. Wilde Champignons nach armer Leute Art.

Früchte, Brot, Butter, Nüſſe. Zwiebelgemüſe, Kartoffeln au gratin.

Früchte, Brot, Butter, Nüſſe. Schalenreis mit Käſe, Sauerampferſoße.

Früchte, Brot, Butter, Nüſſe. Karotten in der Milch, Spiegeleier mit feinen Kräutern.

Man reicht hierzu als Getränk: Lindenblüten-, Pfefferminz-, Kamillen- oder Hagebuttentee.

Rohkoſt.

Der Rohköſtler will ſich nur von reinen, unverfälſchten, ungekochten Naturprodukten nähren. Aus Früchten, Nüſſen und Salaten ſowie Wurzeln, Blättern, Blüten, Knollen und Körnern bereitet er ſeine Speiſen. Das tieriſche Fleiſch ſowohl als das Fett lehnt er vollkommen ab, erſetzt es durch pflanzliche Erzeugniſſe, wie Pflanzenbutter und Öle. Von den Eiern, die für Mayonnaiſenbereitung unerläßlich ſind, verwendet er möglichſt wenig, und da nur ganz friſche Eier. Gebratene oder in Öl gebratene Kartoffeln ſind die einzige gekochte Speiſe, die im Winter zur Ergänzung der Rohkoſt gereicht wird. Um eine vollwertige Ernährung in der Rohkoſt zu geſtalten, bedarf es außer friſchen Früchten und Gemüſen der Zugabe verſchiedener Flockenarten, wie Mais-, Weizen-, Grünkern-, Linſen-, Erbſenflocken. Aber auch Puffmais, Puffreis und Haferpräparate ſind zu verwenden. Ebenſo unerläßlich ſind Mandeln, Nüſſe aller Art, ſie erhöhen den Nährwert. Richtige Zuſammenſtellung einer vollwertigen Mahlzeit.

Speiſenzettel für Rohköſtler.

Frühſtück: Diätſpeiſe nach Dr. Bircher, vollwertiges Brot, Butter oder Rahm, Honig und Nüſſe, Kräutertee oder Milch. Früchte nach Bedarf und Jahreszeit.

Mittag: Eierfrüchte mit Zitrone und Öl, Weißkraut mit Schlagrahm, Tomaten mit Spinat gefüllt, Gelbe Rüben mit Kohlrabi und Mayonnaiſe, Schwarzwurzeln mariniert mit Peterſilie, Flocken von Mais oder Weizen. Geriebene Nüſſe oder Mandeln.

Abendmahlzeit: Wie Frühſtück. Oder: Kaltſchalen mit Reformgebäck. Oder: Früchte, Nüſſe und Flocken von Getreide.

Das normale Maß für eine Mittagsmahlzeit beſteht in 500 Gramm Gemüſen, 50 Gramm Nüſſen und Flocken gemiſcht.

Reſte von Rohkoſt ſollen weggegeben werden, da ſie durch Stehen giftig werden.

Salz, Zucker, Gewürze bei der fleiſchloſen Koſt

Salz ſollte man in ſehr kleinen Mengen verwenden. Wir müſſen verſuchen, die guten Mineralſtoffe, welche in den Gemüſen enthalten ſind, zur Geltung kommen zu laſſen. Bei Salaten laſſe man das Salz gänzlich weg. Menſchen mit hohem Blutdruck ſollten ſalzlos eſſen.

Zucker iſt ebenſo wie Salz mit Vorſicht zu genießen, und nicht als Nahrungsmittel, ſondern mehr als Gewürz zu betrachten. Weißer Zucker kann, im Übermaß genoſſen, geſundheitsſchädlich ſein, da er dem Körper Stoffe entzieht, welche für Zahn- und Knochenbildung nötig ſind. Außerdem iſt er gärungs- und ſäurebildend. Man verwende am beſten Rohzucker oder Honig oder Süßſtoff.

Gewürze.

In jeder Küche ſpielen die Gewürze eine große Rolle. Weiß die Köchin gut zu würzen, ſo iſt die Tafel anregend und abwechſlungsreich. Es gibt vielerlei Gewürze, doch für die neuzeitliche Küche kommen hauptſächlich friſche Gewürzpflanzen in Frage. Thymian, Mayoran, Eſtragon, Bohnenkraut, Dill, Peterſilie, Schnittlauch, Zwiebeln, Knoblauch, Borretſch, Kümmel, Anis, Kapern, Salbei, Senfkörner, Sellerieblätter, Beifuß, Wacholderbeeren, Champignons, Zitronenſchale und -ſaft, Apfelſchale, Lorbeerblatt, Currypulver, Veilchenwurzelpulver, Sellerieblätter, Paprika und Meerrettich.

Die friſchen Gewürze wachſen auf heimatlichem Boden und geben uns außer dem friſchen, würzigen Geſchmack eine Menge feiner, aromatiſcher Stoffe, d. h. Duftſtoffe, welche für unſere Geſundheit, beſonders für die Drüſentätigkeit von unſchätzbarem Wert ſind. Am beſten verwendet man ſie friſch, fein gewiegt zu Mayonnaiſen, Soßen, zu Gemüſeſpeiſen und Brotaufſtrich.

Vegetariſche Brötchen zum Tee.

Weißbrot oder Vollkornbrot vom Tag vorher wird in ſchöne, regelmäßige Scheiben geſchnitten, mit etwas abgekneteter friſcher Butter überſtrichen und mit folgendem belegt:

Tomatenſcheiben und 1 Scheibe Ei, 2mal mit Marinade überſtrichen oder mit Mayonnaiſe, auch mit Schnittlauch beſtreut.

Topfen von ſaurem Rahm und feiner Zwiebel verrührt, mit Paprika vermiſcht, gibt einen etwas ſchärferen Aufſtrich.

Butter mit etwas Vitox abgemengt, gibt fleiſchähnlichen Geſchmack.

Meerrettich gerieben, ½ Stunde in Dampf geſtellt, um die Schärfe zu mildern, die Butterbrötchen damit beſtreut, eignet ſich beſonders für Vollkornbrot.

Friſche Steinpilze, fein gewiegt, mit Mayonnaiſe vermengt, auf Toaſtbrot.

Butterbrötchen mit einem Salatblatt belegt und 1 Scheibe Ei, mit Marinade überſtrichen.

Kräuterbutter von verſchiedenen feinen Kräutern, mit 1 Tropfen Zitronenſaft, gibt einen pikanten Brotaufſtrich.

Auch Kapern und Gurkenſcheiben finden bei Brötchen gute Verwendung.

Marinieren heißt eine Speiſe mit aromatiſchen Stoffen durchtränken, ſo daß ſie wertvoller in ihrem Nährwert und voller oder pikanter in ihrem Geſchmack wird. Man übergießt verſchiedene kalte Speiſen zu dieſem Zweck 1 Stunde vor Gebrauch mit Marinade.

Zur Marinade verwendet man feine Kräuter, wie Peterſilie, auch Zwiebeln in Zitronenſaft gebeizt, oder Honig und Zitronenſaft.

Kalte Soßen zu Salaten (in der fleiſchloſen Küche)

Einfache Salatſoße.

3 Löffel Öl, Saft ½ Zitrone werden mit 1 Meſſerſpitze Sellerieſalz und etwas Veilchenwurzelpulver in einer Taſſe gut geſchlagen und über die Salate gegeben.

Mayonnaiſe gewöhnlich. 1 Eigelb, 4 Löffel Öl, Saft ½ Zitrone, 1 Meſſerſpitze Sellerieſalz.

Man rührt einen rohen Eidotter langſam und gibt tropfenweiſe unter beſtändigem Rühren das Öl hinzu. Wenn die Mayonnaiſe anfängt, dick zu werden, gibt man löffelweiſe den Zitronenſaft und etwas Sellerieſalz hinzu. Das Gelingen der Mayonnaiſe iſt bedingt dadurch, daß die beiden Stoffe, das Ei ſowohl als das Öl, gleiche Temperatur haben. Außerdem fängt man langſam an zu rühren und beſchleunigt es, wenn die Mayonnaiſe dick wird. Sollte die Mayonnaiſe dennoch gerinnen, ſo kann man ein friſches Eigelb verrühren und die geronnene Mayonnaiſe nach und nach dazu geben.

Mandelmayonnaiſe.

Man macht eine Mayonnaiſe, wie vorhergehend, und verrührt ſie, wenn ſie dick iſt, mit 1 Löffel Mandelmus, nimmt dafür etwas weniger Öl. Mandelmus iſt in allen Reformhäuſern erhältlich.

Knoblauchmayonnaiſe.

Man macht eine Mayonnaiſe, wie oben beſchrieben, fügt 1 Zehe Knoblauch mit etwas Salz zerdrückt hinzu und verrührt es fein.

Falſche Mayonnaiſe. Ein Weißbrötchen, etwas Milch, Salz, Eigelb, 4 Löffel Öl.

Man nimmt ein altes Weißbrötchen, rindet es ab, zerpflückt es und weicht es in kalte Milch. Man verkocht dies zu einem dicken Mus, verrührt es fein, gibt etwas Salz dazu und läßt es auskühlen. Wenn es kalt iſt, rührt man das Eigelb feſt ab, gibt Öl und Zitronenſaft langſam hinzu und würzt es beliebig.

Falſche Mayonnaiſe mit Rahm. 1 Brötchen, 1/8 Liter Milch, 1 Eigelb, 3 Löffel Öl, 2 Löffel Rahm.

Man verfährt, wie bei falſcher Mayonnaiſe, verrührt das erkaltete Mus mit dem Eigelb, Zitrone und Öl, und fügt am Schluß langſam den Rahm hinzu.

Rohe Tomatenſoße. ¼ Kilo Tomaten, 1/8 Liter ſauren Rahm.

Man legt reife Tomaten in heißes Waſſer und zieht ihnen die Haut ab, gibt ſie durch die Rohkoſtmaſchine und ſchlägt den Brei unter langſamer Zugabe des ſauren Rahmes zu dickflüſſiger Soße. Man verwendet die Soße zu Salaten und Kartoffelſpeiſen.

Einfache Kräutermayonnaiſe.

Man verwiegt feine Kräuter, wie Peterſilie, Thymian, Majoran, Eſtragon und Dill, gibt ſie in einfache Mayonnaiſe. Verwendet ſie zu Eiern und Salaten, Kartoffeln und Tomaten.

Kalte Soßen

Meerrettich mit Schlagrahm.

Man reibt Meerrettich, mariniert ihn mit Zitronenſaft, ½ Stunde, und vermengt ihn bei Gebrauch mit feſt geſchlagenem Rahm. Wird zu Salaten ſtatt Mayonnaiſe gegeben.

Mandel- oder Haſelnußbutter.

Man wiegt Peterſilie, Eſtragon, einige geſchälte Schalotten oder Zwiebeln fein, gibt einige geriebene Mandeln oder Haſelnüſſe darunter und knetet die Maſſe mit friſcher Butter ab. Dieſe Butter iſt eine Zugabe zu Rohkoſt oder Brötchenaufſtrich, ſchmeckt außergewöhnlich fein und iſt ſehr nahrhaft.

Pikante Mayonnaiſe zu Fruchtſalaten.

Man bereitet eine Mayonnaiſe, wie gewöhnlich, und rührt ſie mit 1/8 Liter Schlagrahm und Fruchtſaft ſchaumig; verwendet ſie zu pikanten Fruchtſalaten.

Warme Soßen (in der fleiſchloſen Küche)

Pikante, braune Soße. 1 Peterſilienwurzel, 1 Gelbe Rübe, 1 Stück Sellerie, 1 Zwiebel, Salz, ½ Zehe Knoblauch, 1 Stückchen Schwarzbrot, 1 Stückchen Zitronenſchale, ½ Lorbeerblatt, 3 Wacholderbeeren, Eſtragon, Peterſilie, 1 Meſſerſpitze Tomatenmark oder 1 friſche Tomate, Saft ½ Zitrone, 1 Meſſerſpitze Vitam R, 3 Löffel dextriniertes Mehl, 4 Löffel Butter.

Man ſchneidet alle Wurzeln, auch das Brot, in feine Stengelchen und röſtet es in heißer Butter ſchön braun. Man ſtaubt das Mehl darüber und rührt die Wurzeln feſt ab. Mit heißem Waſſer wird die Soße aufgegoſſen, gut verrührt und ½ Stunde gekocht. Man ſalzt und würzt mit Zitronenſaft und Vitam R und paſſiert die Soße bei Gebrauch. Man verwendet ſie zu gedämpften Gemüſen, Kartoffelſpeiſen und Eiern; man kann aber auch Lauch, halbe Salatköpfe, in der paſſierten Soße dämpfen und mit gebackenen Brotſcheiben ſervieren.

Lichte Butterſoße. 3 Löffel Butter, 3 Löffel Mehl, heißes Waſſer, Salz.

Man läßt die Butter zerſchleichen, ſo daß ſie heiß, aber nicht braun iſt, gibt das Mehl dazu und rührt es fein ab. Man gießt mit heißem Waſſer auf, verrührt die Soße fein, ſalzt und läßt ſie raſch 5 Minuten kochen. Die Soße muß dick und geſchmeidig wie Samt ſein. Bei längerem Kochen verliert ſie dieſe Qualitäten. Man verwende ſie ſogleich oder ſetze ſie bis zum Gebrauch in ein Waſſerbad.

Champignonſoße.

Man macht eine leichte Butterſoße und gibt folgendes dazu: 100 Gramm Champignons, 2 Löffel Butter, Saft ½ Zitrone, 2 Löffel Rahm. Man putzt und ſchneidet die Champignons, gibt ſie in heiße Butter, läßt ſie raſch anbraten und betropft ſie mit Zitronenſaft. Man brät ſie 10 Minuten, gibt ſie in die heiße Butterſoße, verrührt ſie mit etwas Rahm und kocht ſie nochmals auf.

Soße zu Gemüſeragout. 100 Gramm Champignons, 1 Eßlöffel Butter, ½ Zitrone, 1 Eigelb, Salz.

Man macht eine Champignonſoße, wie vorhergehend, zieht ſie bei Verwendung mit Eigelb ab und gibt ſie heiß über die gedämpften Gemüſe.

Zitronenſoße.

Man macht eine Butterſoße, gibt den Saft 1 Zitrone und die geriebene Schale dazu, läßt ſie aufkochen und verwendet ſie zu Reis- oder zu Spinatpudding.

Schnittlauchſoße.

Schnittlauchſoße bereitet man aus Butterſoße, gibt viel geſchnittenen Schnittlauch, etwas Zitronenſaft und einige Löffel ſauren Rahm dazu. Man reicht ſie zu Semmelknödeln oder Kartoffeln.

Kräuterſoßen.

Kerbel, Dill, Sauerampfer behalten feinſtes Aroma und Geſchmack, wenn man ſie, fein gewiegt, 10 Minuten in Butter dämpft, mit etwas Mehl überſtreut, gut abrührt und heiß aufgießt. Man läßt ſie bloß ¼ Stunde kochen, ſonſt verlieren ſie ihren Geſchmack und Nährwert. Bei Gebrauch gibt man einige Löffel ſauren Rahm oder 1 Eigelb darunter.

Holländiſche Soße. 3 Eigelb, 160 Gramm Butter, Salz, $^{2}/_{10}$ Liter Waſſer, Saft 1 Zitrone.

Man gibt die Eigelb mit 60 Gramm Butter und $^{2}/_{10}$ Liter Waſſer (kalt) in einem tiefen Topf in ein Waſſerbad und ſchlägt mit dem Schneebeſen ſtändig, bis die Soße anfängt, dick zu werden. Man gibt, ohne das Rühren zu unterbrechen, weitere 100 Gramm Butter, in kleine Flöckchen geteilt, möglichſt raſch dazu und verdoppelt die Geſchwindigkeit des Rührens. Am Schluß gibt man den Zitronenſaft langſam hinein und ſerviert die Soße ſogleich.

Feine Tomatenſoße. 1 Kilo Tomaten, Salz, ½ Zehe Knoblauch, ½ Lorbeerblatt, ganz wenig Thymian und Peterſilie, ½ Zwiebel, 3 Löffel Mehl, 3 Löffel Butter.

Die Tomaten werden halbiert, und mit einem Löffel werden Saft und Kerne entfernt. Das äußere Fleiſch wird mit den Gewürzen ½ Stunde gekocht. Butter und Mehl werden zu einer Mehlſchwitze gemacht, die gekochten Tomaten mit dem ausgehöhlten Tomatenfleiſch paſſiert und die Mehlſchwitze damit aufgegoſſen. Man verrührt die Tunke fein, läßt ſie einmal aufkochen und ſerviert ſie ſogleich.

Rohkoſt von Gemüſen

Artiſchocken. Material für 1 Perſon: 1 kleine Artiſchocke, ½ Zitrone, 1 Löffel Öl. Ganz junge, zarte Artiſchocken ſchält und entblättert man ſo, daß der Boden zurückbleibt. Man reibt den Boden mit Zitrone ein, da er ſonſt die Farbe verliert, und ſchneidet ihn in feine Streifchen oder Blättchen. Man übergießt dieſes mit Zitrone und Öl, gibt etwas Knoblauch daran und vermengt dies leicht. Oder man mariniert die Artiſchocke und übergießt ſie mit Mayonnaiſe.

Artiſchocken gefüllt.

Man bereitet und putzt die Artiſchocke, wie vorher beſchrieben, und füllt den Boden mit geriebenem Meerrettich, mit Schlagrahm vermiſcht, oder mit geriebenem Blumenkohl mit Mayonnaiſe.

Spargel.

Bei Spargel verwendet man nur die Spitzen oder grünen, wilden Spargel für Rohkoſt. Man wäſcht und trocknet die Spargel, ſchneidet ſie feinblättrig, übergießt ſie mit Zitrone und Öl, ſtreut etwas Sellerieſalz und Veilchenpulver darüber, oder man gibt ſie mit Mayonnaiſe gemengt.

Spargelſpitzen mit jungen, feinen Erbſen.

Man nimmt zu gleichen Teilen Spargelſpitzen und junge, feine Erbſen, mariniert ſie und vermengt ſie mit Mayonnaiſe.

Eierfrüchte.

Man ſchält und ſchneidet die Früchte in feine Schnitten, übergießt ſie mit Zitrone oder Öl, oder gibt ſie mit Mayonnaiſe.

Cardaunen.

Man entfernt die Stacheln und ſchält die Cardaunen, legt ſie ſofort ins Waſſer mit Zitrone und Mehl, trocknet und ſchneidet ſie in feine Streifchen und gibt ſie unter Mayonnaiſe.

Karotten.

Karotten werden gewaſchen, gut gebürſtet und geraffelt. Man mengt ſie mit Zitrone und Öl, etwas Veilchenpulver und Sellerieſalz. Zum Mengen nehme man 2 Gabeln und tue dies ſehr vorſichtig, da das Gemüſe durch zu ſtarkes Mengen leicht unanſehnlich wird.

Karotten, mariniert mit Schlagſahne (Schlagrahm).

Man behandelt Karotten wie vorhergehend, mariniert ſie ½ Stunde und vermiſcht ſie mit feſt geſchlagener Sahne (Rahm).

Karotten, junge, mit jungen Kohlrabi.

Man nimmt zu gleichen Teilen von den Gemüſen, wäſcht und bürſtet ſie, ſchält die Kohlrabi und raffelt ſie grob. Man mariniert das Gemüſe ½ Stunde mit Zitrone, Öl und Peterſilie und vermiſcht es beim Anrichten mit feſt geſchlagenem Rahm.

Karotten und Kohlrabi mit Mayonnaiſe.

Karotten und Kohlrabi werden, wie vorhergehend behandelt und mit Mayonnaiſe vermengt.

Sellerieknollen. Material für 1 Perſon: ½ Knolle Sellerie, ½ Zitrone, 2 Eßlöffel Öl, 1 mittelgroßer Apfel.

Der Sellerie wird gut gewaſchen und gebürſtet, man raffelt ihn fein und miſcht ihn mit einem mittelgroßen, mit Schale und Kerngehäuſe grob geraffelten Apfel, übergießt ihn ſogleich mit Zitrone und Öl und hebt den Salat leicht durcheinander. Beſtreut ihn mit Veilchenpulver und fein geſchnittenem Schnittlauch.

Sellerie. ½ Sellerie, ¼ Zwiebel, 1 Zitrone, 1 kleiner Löffel Honig.

Sellerie wird geraffelt, mit fein gewiegter Zwiebel und den übrigen Zutaten mariniert.

Sellerie in Stangen.

Man wäſcht die Sellerie gut und ſchneidet ſie in Stangen in Länge von 15 bis 20 Zentimeter. Man richtet dieſe, wie Spargel, auf einer Platte an und gibt Remouladenſoße dazu.

Sellerie in Stangen oder Bleichſellerie.

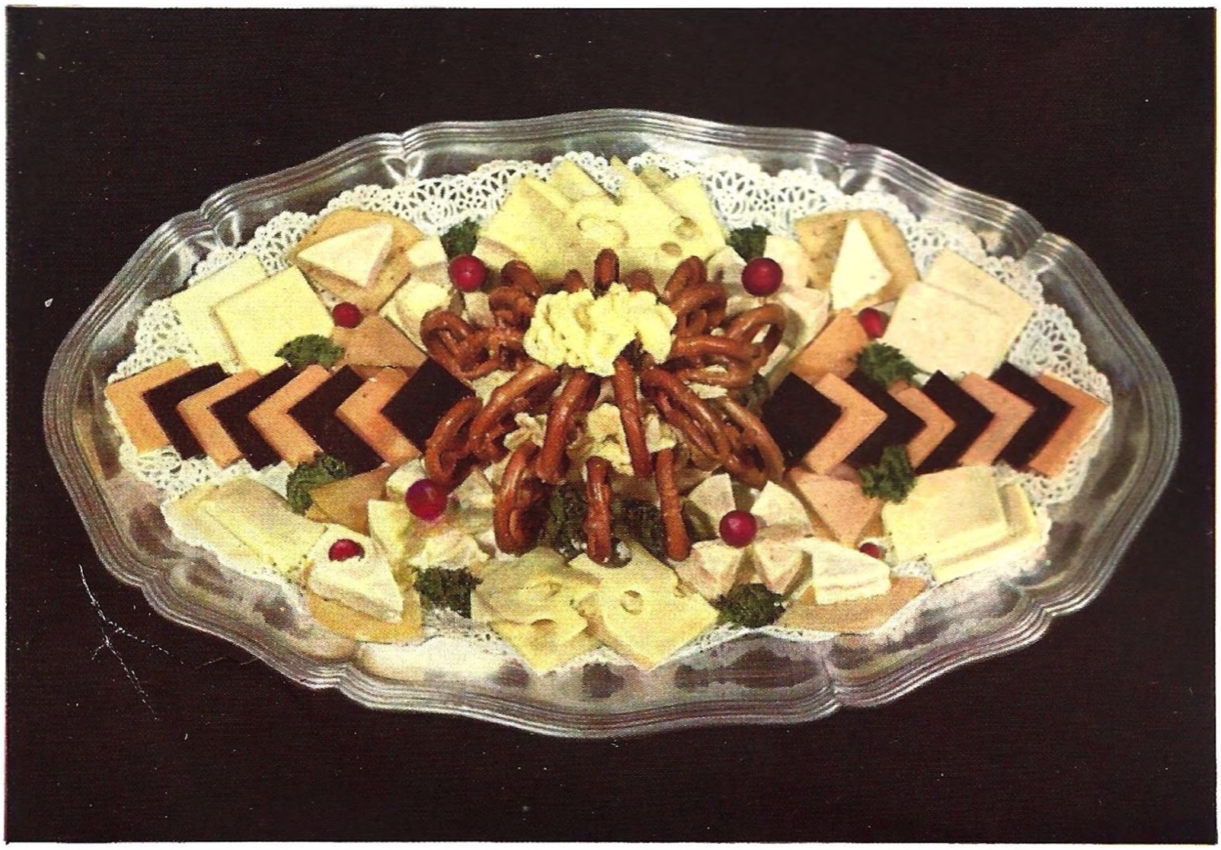
Die Stangen werden gewaſchen und getrocknet, die oberen Blätter nicht abgenommen. Man richtet die zarten Stiele, wie Blumen, in eine feine Kriſtallvaſe ohne Waſſer und ſtellt ſie auf den gedeckten Tiſch. Dieſer Sellerie wird bei Mittag als appetitanregende Speiſe zwiſchen den Gängen gegeſſen. Man nimmt die Stiele mit der Hand und beißt ab, weshalb die Stiele nicht zu lang ſein dürfen.

Sellerie, gebleichter.

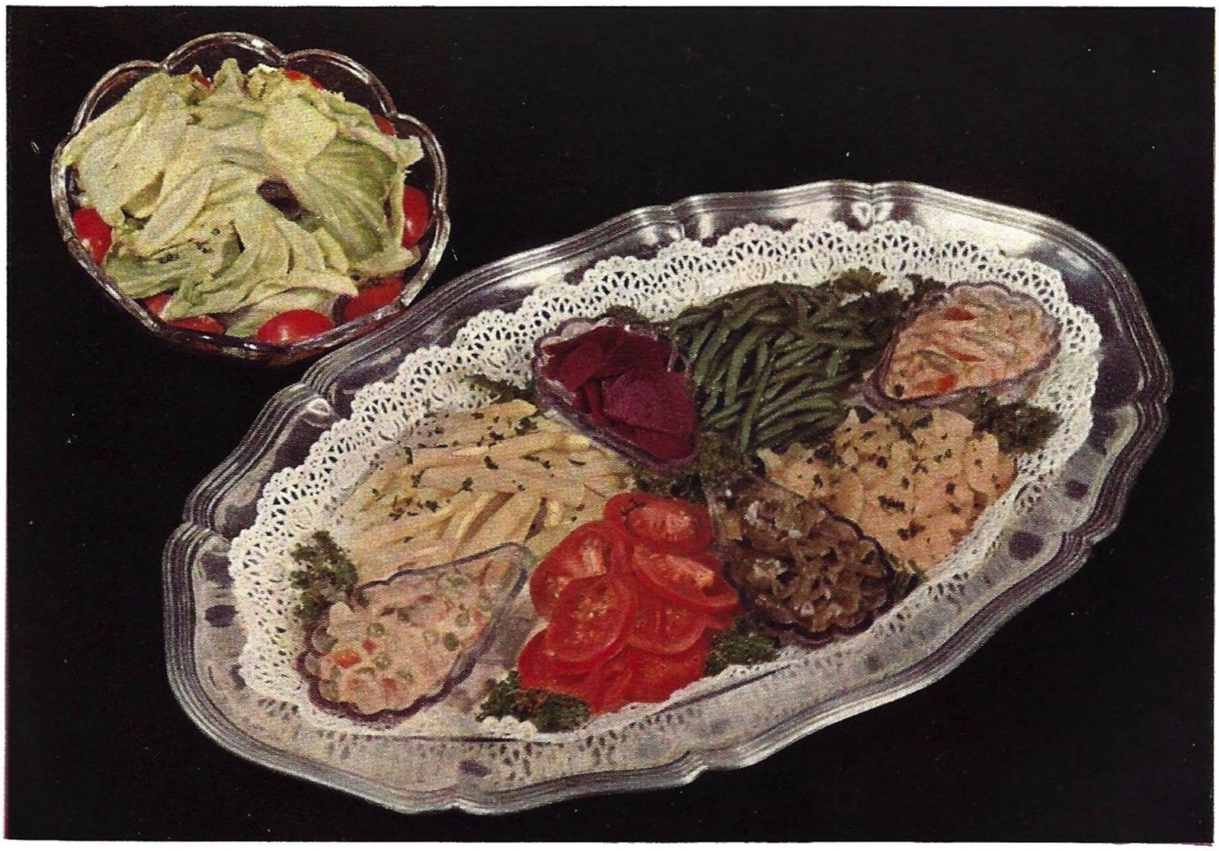
Man wäſcht und reinigt den Sellerie und ſchneidet fingerlange Stücke. Mariniert ihn 1 Stunde und übergießt ihn mit Mayonnaiſe.

Chicoree.

Die Blätter von Chicoree werden gelöſt, ohne ſie zu verletzen, gewaſchen und getrocknet, auf einer Glasplatte wie Spargel geordnet. Man reicht dazu Salatſoße, Mayonnaiſe oder Remouladenſoße. Beim Schneiden der Chicoreeblätter entwickeln ſich Bitterſtoffe, weshalb man ihn beſſer in ganzen Blättern reicht.



Käseplatte: In der Mitte Buttersockel mit Freiburger Bretzerl als Krone garniert, dazwischen Butterrosetten und Radieschen, auf beiden Seiten Emmenthaler Käse, Camembert in kleine Stückchen geschnitten, Tilsiter links und rechts, in der Mitte Pumpernickelscheiben abwechselnd mit Chesterkäse, zu beiden Seiten Emmenthalerkäse ohne Rinde. Dazwischen Edamer und Gervais in Dreieck geschnitten.



Salatplatte: In vier kleinen Glasschalen Gemüsesalat, Delikateßsalat, rote Beete-Chikoree-Salat, dazwischen Tomatensalat, Sellerie, Bohnen- und Spargelsalat. · Glasschale mit Kopfsalat, garniert mit Tomatenscheiben.

Gurke.

Die Gurke iſt ein ſehr ſaftreiches Gemüſe, weshalb ſie erſt kurz vor Gebrauch geſchnitten werden darf. Man ſchält ſie fein und ſchneidet ſie feinblättrig, übergießt ſie mit Zitrone und Öl, beſtreut ſie mit Sellerieſalz und Veilchenpulver, gibt obenauf ein wenig Paprika.

Oder: Man wäſcht und wiſcht die Gurke gut ab, raſſelt ſie mit der Schale grob und übergießt ſie bei Gebrauch mit dickem, ſaurem Rahm.

Weißkraut.

Man wäſcht die Blätter, trocknet und ſchneidet ſie fein oder raſſelt ſie mit den Krautſtielen. Man legt das Kraut auf ein hartes Brett und klopft es, bis es glaſig wird. Man kann Kraut mit Schlagſahne, oder einfacher Salatſoße aus Zitrone und Öl mit etwas Kümmelpulver oder verſchiedenen anderen Gewürzen, wie Veilchenpulver, Sellerieſalz und Paprika oder Dill geben. Kraut im Rohzuſtande iſt leicht verdaulich und gibt eine gute Rohkoſt.

Kraut, rotes.

Man wäſcht und trocknet das Kraut, raſſelt es fein und mengt es mit einem ungeſchälten, grob geraſſelten Apfel. Man gießt ſogleich Salatſoße aus Zitrone und Öl daran, oder man vermiſcht es mit Schlagſahne (Schlagrahm) und etwas Meerrettich.

Sauerkraut.

Sauerkraut ſchneidet man mehrmals durch, mengt feine Zwiebeln darunter, überbrüht es mit heißem Öl und läßt es 1 Stunde ſtehen. Man miſcht Zitronenſaft, Sellerieſalz, Veilchenpulver ab und überſtreut damit das Sauerkraut. Beim Anrichten gibt man etwas Niſſelſalat dazu, und Oliven in Öl.

Spinat.

Spinat wird gut verleſen, gewaſchen und getrocknet. Man ſchneidet ihn in kleine Streifen oder wiegt ihn und mengt ihn mit Salatſoße aus Zitrone, Öl und Honig oder miſcht ihn mit Mayonnaiſe und etwas Meerrettich. Auch Mandelmayonnaiſe oder Knoblauchmayonnaiſe ſchmecken zu Spinat ſehr gut.

Junge Mangoldblätter können auf dieſelbe Art zubereitet werden; beides eignet ſich gut zum Füllen von Tomaten.

Fenchel oder Finochi.

Die Fenchelknolle wird gut gewaſchen und getrocknet, grob geraſſelt, mit Zitrone, Öl und Peterſilie übergoſſen. Bleibt ½ Stunde vor Gebrauch ſtehen.

Bohnen, grün.

Zarte, junge Bohnen putzt und ſchneidet man ſehr fein und vermengt ſie mit Mayonnaiſe.

Wirſing.

Man zerpflückt den Wirſing in Blätter und reinigt ihn gut in viel Waſſer. Iſt er trocken, ſo ſchneidet man kleine Streifchen oder wiegt ihn fein, vermengt ihn mit Mayonnaiſe oder mit Zitrone, Öl, Veilchenpulver und Sellerieſalz.

Rote Rüben oder Beete.

Man reinigt und bürſtet die Rote Rübe mehrmals in viel Waſſer und ſchneidet die faulen Stellen gut aus. Man raffelt ſie fein und gibt einen mit Schale grob geraffelten Apfel dazu, übergießt mit Zitrone und Öl und hebt die Maſſe mit 2 Gabeln leicht durcheinander. Man kann etwas Ingwerpulver oder fein geſchnittene Zwiebeln darunter geben. Rote Beete iſt auch gut mit Schlagſahne (Schlagrahm) vermengt.

Roſenkohl.

Roſenkohl wird, wie Wirſing, zubereitet, iſt auch gut mariniert mit Zitrone, Öl, Honig und Peterſilie.

Blumenkohl.

Blumenkohl wird ½ Stunde in kaltes Salzwaſſer gelegt. Man raffelt ihn fein mit den Stielen, mengt ihn mit Schlagſahne (Schlagrahm) oder Mayonnaiſe. Auch mit einfacher Salatſoße iſt Blumenkohl gut. Eignet ſich zum Füllen von Tomaten uſw.

Rüben, weiße.

Gut gereinigte Weiße Rüben werden grob geraffelt, mariniert und vor Gebrauch mit Schlagſahne (Schlagrahm) vermengt.

Schwarzwurzeln.

Geputzte Schwarzwurzeln legt man in Zitronenwaſſer mit Mehl. Man raffelt ſie fein, miſcht ſie mit Schlagſahne (Schlagrahm) und überſtreut ſie mit Schnittlauch. Oder man miſcht ſie mit Zitrone und Öl, feinen Zwiebeln und Schnittlauch, und beſtreut ſie mit Paprika.

Rettich.

Rettich bürſtet und wäſcht man gut, raffelt ihn fein und beizt in ½ Stunde mit Zitronenſaft. Man deckt ihn gut zu und übergießt ihn bei Gebrauch mit Öl, ſtreut Veilchenpulver und Sellerieſalz darüber.

Radieschen.

Radieschen werden gewöhnlich, wie ſie ſind, verwendet. Mit den jungen Blättern macht man Salat, ſchneidet die Radieschen in feine Scheiben, übergießt ſie mit Zitronenſaft und läßt ſie ½ Stunde ſtehen. Bei Gebrauch gibt man etwas Öl daran und verwendet den Salat als Garnierung, da er wunderſchön rot iſt.

Tomaten.

Tomaten ſind für Rohkoſt unerſetzlich. Man gibt ſie als Salat in Scheiben mit Zitrone und Öl und feiner Peterſilie. Oder man ſchneidet ſie in feine Scheiben und überpinſelt ſie mehrmals mit Marinade zur Garnierung. Man kann ſie auch mit Knoblauchmayonnaiſe oder gewöhnlicher Mayonnaiſe zieren.

Tomaten, gefüllt.

Man ſchneidet den Deckel der Tomate mit ſcharfem Meſſer ab, höhlt ſie mit einem kleinen Löffel aus und füllt ſie mit Spinat oder Blumenkohl. Beide Gemüſe mit Mayonnaiſe oder Schlagrahm ſervieren.

Tomaten werden auch mit Weizen- oder Reisflocken, mit Tomatenmark gemiſcht, gefüllt.

Salat, grüner, im Winter iſt meiſt Glashaus- oder italieniſcher Salat. Er iſt ſehr zart, und man muß daher die Blätter zart und vorſichtig behandeln. Sie ſollen nicht zerteilt werden und dürfen beim Waſchen nicht verletzt werden. Man trocknet ſie auf einem Tuche. Bei Gebrauch übergießt man ſie kurz vor dem Anrichten mit der gewünſchten Salatſoße.

Grüner Salat im Sommer iſt von feſterer Beſchaffenheit. Man kann denſelben wie Winterſalat mit allen Soßen vermengen, ihn feſt verrühren, ſo daß er ¼ Stunde durchziehen kann. Auch bei Sommerſalat beachte man, die Blätter nicht zu verletzen, ſondern teile ſie mit einem ſcharfen Meſſer bei der Rippe mehrmals durch. Die Salatſchüſſel reibe man mit 1 Zehe Knoblauch aus, um den feinen Geſchmack des Salates zu erhöhen.

Endivienſalat iſt ein Winterſalat und von feſter Beſchaffenheit. Die gebleichten Blätter ſind zart und haben viel Bitterſtoffe. Deshalb empfiehlt es ſich, den Salat zuerſt zu waſchen und zu trocknen, erſt kurz vor Gebrauch zu ſchneiden und ſofort mit Salatſoße zu vermengen. Man verwendet zu demſelben Salatſoßen wie bei grünem Salat.

Kreſſe.

Die Frühjahrskreſſe wird mit in Scheiben geſchnittenen harten Eiern und Salatſoße gereicht. — Die Brunnenkreſſe gibt man gut gewaſchen und von den weißen Fäden befreit, getrocknet auf eine Platte und ſerviert dazu Zitronenſaft. Wird als Garnierung zu Kartoffelſpeiſen verwendet.

Hopfenſproſſen reibt man mit einem groben Tuch und Salz feſt ab, wäſcht ſie und übergießt ſie getrocknet mit Zitrone und Öl.

Gurke, gefüllt.

Man ſchält und halbiert eine Gurke, höhlt ſie aus und mariniert ſie ½ Stunde. Man füllt ſie mit Gelben Rüben und Schlagſahne (Schlagrahm) und ſchneidet hiervon 2 Zentimeter breite Scheiben. Iſt beſonders geeignet für feſtliche Gelegenheiten.

Von den Gemüſen und deren Verwendung (in der fleiſchloſen Küche)

In der neuzeitlichen Küche verwendet man nur friſche Gemüſe. Welke Pflanzen haben keinen Wert. Es fehlt ihnen der Lebensſtoff und das Aroma. Konſerven kommen nur ausnahmsweiſe in Betracht, da ſie weniger Nährwert haben, ſie werden nur des Genuſſes halber verwendet.

Alle friſchen Gemüſe ſtelle man in kochendem, leicht geſalzenem Waſſer zu, Ausnahme bilden Spargel und grüner Mais, welche erſt, wenn ſie weich ſind, mit Salzlöſung gewürzt werden.

Getrocknete Gemüſe und Hülſenfrüchte werden in kaltem, ungeſalzenem Waſſer vorgeweicht und in dieſem gekocht. Zum Nachgießen verwende man heißes Waſſer, und ſalze, wenn ſie weich ſind. Ausnahme hiervon ſind Linſen, welche mit kaltem Waſſer aufgegoſſen werden, da ſie einen viel feineren Geſchmack bei dieſer Behandlung haben.

Zur Gemüſebereitung verwende man zu gleichen Teilen Butter und Öl und am Schluß eine kleine Beigabe von friſcher Butter, welche man nicht mehr mitkochen läßt. Dies erhöht Nährwert und Geſchmack. Sollte man Speiſen für Magenkranke bereiten, verwende man ausſchließlich Oliven- oder Sonnenblumenöl.

Bei Bereitung von Gemüſen mit Soße iſt viel Vorſicht bei der Zugabe von Mehl anzuraten. Ein Löffel Mehl zuviel verdirbt oft das ganze Gericht. Zum Aufgießen verwende man das Gemüſekochwaſſer oder die Gemüſebrühe, letztere ſoll in jeder Küche täglich friſch zubereitet werden. Auf keinen Fall laſſe man die Gemüſe am warmen Ort ſtehen oder kochen, ſondern verwende ſie gleich oder ſtelle ſie kalt bis zur Verwendung.

Das zu lange Kochen von Gemüſen iſt geſundheitsſchädlich. Gedämpfte und geſchmorte Gemüſe werden unter Zugabe von Fett raſch angebraten und dann im eigenen Saft in einem gut verſchließbaren Topf gedämpft. Man verwende als Zugabe, ſo es nötig iſt, etwas Gemüſebrühe, Milch oder Waſſer, ſehr gut eignen ſich ſaftreiche Gemüſe wie Gurken und Tomaten als Zugabe für trockene Gemüſe. Man dämpfe ſie zuſammen.

Gebackene Gemüſe.

Man verwende zum Backen Oliven- oder Sonnenblumenöl oder miſche halb Palmin. Man tauche die zu bereitenden Gemüſe in Ei und Bröſel oder in Backteig und bäckt ſie in heißem Fett hellgelb. Auch Blätter und Blüten von Spinat, Salat, Salbei und Brenneſſel oder Holunder und Akazie bäckt man auf dieſe Weiſe, ſie geben mit Fruchtſoßen und kalten Mayonnaiſen vollwertige reiche Nahrung.

Eierfrüchte ſind ein Gemüſe, das im allgemeinen noch wenig bei uns bekannt iſt. Es iſt nahrhaft und wohlſchmeckend und bringt große Abwechſlung in die Küche. Es wächſt in den ſüdlichen Ländern, wird aber hier gezüchtet, doch erlangen die Früchte nur die Größe eines Eies. Es gibt violette und gelbe Früchte.

Eierfrüchte, gefüllt auf dem Grill. 6 Eierfrüchte, 4 Löffel Öl, 1 Zwiebel, Salz, 1 hartes Ei, Peterſilie und etwas Kapern, 1 kleine Eſſiggurke, und 50 Gramm Semmelbröſeln.

Man teilt die Früchte der Länge nach in Hälften, macht tiefe Einſchnitte, achtet aber, die Haut dabei nicht zu verletzen. Die Einſchnitte füllt man mit geröſteter Zwiebel, den übrigen zerkleinerten Zutaten und Gewürzen, mit Öl vermiſcht. Man beſtreut die Früchte mit Semmelbröſeln und grillt ſie.

Eierfrüchte gebacken. 6 Eierfrüchte, ¼ Liter Öl, 1 Zitrone, Salz, 2 Eier, 100 Gr. Semmelbröſeln und Tomatenſoße.

Die Früchte werden in ½ Zentimeter dicke Scheiben geſchnitten, 1 Stunde mit Zitrone und Salz garniert, getrocknet, in Ei und Semmelbröſeln gedreht und in heißem Öl gebacken. Man ſerviert ſie mit Tomatenſoße.

Eierfrüchte gebraten. 6 Eierfrüchte, ¼ Liter Öl, Salz, Mehl, Peterſilie.

Die Eierfrüchte werden in zentimeterdicke Scheiben geſchnitten, geſalzen, in Mehl getaucht, auf einer Pfanne in heißem Öl raſch gebraten und gleich ſerviert. Man gibt gebackene Peterſilie dazu.

Eierfrüchte au gratin. 4 Eierfrüchte, 4 Löffel Mehl, ¼ Liter Öl, 1 Löffel Butter, Salz.

Man richtet Eierfrüchte zu, wie vorgehend bei gebratenen. Man legt ſie in eine Gratinform, übergießt ſie mit dicker Tomatenſoße oder Tomatenmark, mit Butterflöckchen und gratiniert ſie 20 Minuten im Rohr.

Eierfrüchte, gefüllt auf ſüdruſſiſche Art. 4 Eierfrüchte, 2 Weißbrötchen, 4 Löffel Öl, 1 Zwiebel, Peterſilie, etwas Knoblauch, 1 hartes Ei, 2 Löffel ſauren Rahm und 4 Löffel Bröſeln.

Man teilt die Eierfrüchte der Länge nach, höhlt ſie nicht zu ſehr aus und füllt ſie mit Fülle aus eingeweichten, ausgedrückten Brötchen, geröſteter Zwiebel, Peterſilie, Knoblauch, Ei, Salz und etwas ſaurem Rahm, beſtreut ſie mit Bröſeln und bäckt ſie 1 Stunde im Rohr bei leichter Hitze. Beim Braten achte man darauf, daß die Hitze nicht zu ſtark wird, daß die Früchte zart und delikat ſind, da ſie leicht verbrennen.

Artiſchocken ſind ein ausländiſches Gemüſe aus Frankreich oder Italien, werden aber auch in letzter Zeit in Deutſchland kultiviert und ſind ein ſehr leicht verdauliches und geſundes Gemüſe. Zur Verwendung kommen die Artiſchockenböden und die unteren Weichteile der Blätter. Junge Artiſchocken nimmt man zu Rohkoſt, während man die großen, feſten Artiſchocken kocht oder dämpft, auch füllt und mit Butter oder Soße reicht.

Gedämpfte Artiſchocken. Hierzu eignen ſich beſonders die mittelgroßen. 3 Artiſchocken, 3 Löffel Butter, Salz und Waſſer.

Man ſchneidet den Stiel glatt am Boden ab, ſo daß die Artiſchocke gut ſitzen kann, ſchneidet mit einer Schere die oberen Blätterſpitzen flach, wäſcht die Artiſchocken in viel Waſſer und dämpft ſie in dreifingerhoch heißem Salzwaſſer und Butter 1 bis 1½ Stunden. Den Deckel der Kaſſerolle umwindet man mit einem Tuche, um das Entweichen des Dampfes zu verhindern. Man ſerviert ſie heiß mit Holländiſcher Soße oder verwendet die Artiſchockenbrühe zu leichter Butterſoße mit Ei. Man kann auch zerlaſſene Butter und Bröſeln dazu geben.

Artiſchocken gekocht.

Die Artiſchocken werden vorgerichtet wie oben und ½ Stunde in ſchwach geſalzenem Waſſer gekocht. Vor dem Servieren ſtülpt man ſie um, läßt das Waſſer ablaufen, gibt ſie auf einer Serviette und reicht dazu zerlaſſene Butter oder Holländiſche Soße.

Spargel.

Iſt ein ſehr zartes, geſundes Tafelgemüſe. Man verwendet es auch zu Rohkoſt. Dazu kommen jedoch nur die Spargelſpitzen oder grüne wilde Spargel in Betracht. Der Spargel iſt ſehr geſund, beſonders für die Niere, das Kochwaſſer iſt mit Vorſicht zu verwenden, da es, zu viel davon genoſſen, geſundheitsſchädlich wirken kann.

Gekochter Spargel.

Spargel wird gut geputzt, ſo daß alle Holzteile entfernt ſind, in kaltes Waſſer gelegt und in kochendem Waſſer zugeſtellt. In ½ bis ¾ Stunden, wenn er weich iſt, gibt man Salzlöſung dazu und hält ihn in heißem Waſſer bis zur Verwendung. Man hebt ihn heraus, ſerviert ihn mit Holländiſcher Soße oder zerlaſſener Butter.

Spargelgemüſe. ¾ Kilo Spargel, 3 Löffel Butter, 3 Löffel Mehl, Salz, ½ Zitrone, 1 Ei, 1 Schöpflöffel Spargelwaſſer.

Man putzt die Spargel und ſchneidet ſie in fingerlange Stücke, kocht ſie weich, ſeiht ſie ab und gibt ſie in lichte Butterſoße. Läßt ſie nochmals aufkochen, ſalzt und gibt den Saft von ½ Zitrone und kurz vor dem Anrichten 1 verkleppertes Ei dazu. Zur Butterſoße verwendet man etwas Spargelwaſſer.

Spargel mit grünen Erbſen. ½ Kilo Spargel, ½ Kilo Erbſen, 3 Löffel Butter, Salz, 1 Priſe Zucker.

Man kocht Spargel wie zu Spargelgemüſe, miſcht die Spargel mit gekochten grünen Erbſen, gibt beides in heiße Butter, ſalzt und zuckert es ein wenig und läßt es raſch heiß werden, gibt das Gemüſe auf eine erwärmte Platte und übergießt es mit Holländiſcher Soße.

Spargel kalt mit Mayonnaiſe. ½ Kilo Spargel, Salz, Waſſer, Zitrone, Öl, Peterſilie.

Man putzt Spargel, ſchneidet ihn in fingerlange Stücke, kocht ihn ½ Stunde, bis er weich iſt, nimmt ihn heraus und läßt ihn abtropfen. Man macht eine Marinade von Zitronenſaft, Öl, Salz, feinen Kräutern, übergießt damit den Spargel und läßt ihn 1 Stunde ſtehen, bei Gebrauch gibt man ihn gehäuft auf eine Glasplatte und überzieht ihn mit Mayonnaiſe.

Spargelſalat (warm). 1 Kilo Spargel, Salz, Öl, Zitrone, Peterſilie.

Man putzt den Spargel und kocht ihn weich. Man gibt ihn auf eine erwärmte Platte und übergießt ihn mit heißem Öl, Zitronenſaft, Salz und feiner Peterſilie (alles zuſammen erwärmt).

Linſen.

Linſen ſind eine trockene Hülſenfrucht, die mit viel Sorgfalt zubereitet ſein will. Gut ausgeſuchte, gewaſchene Linſen werden in lauwarmem Waſſer zugeſtellt, und nicht zu lange gekocht. Man kann das 1. Kochwaſſer abgießen und die Linſen in kaltes Waſſer geben, ſie dann auf kleinem Feuer fertig kochen. Dies Verfahren erhöht den feinen Linſengeſchmack. Sind ſie weich, werden ſie vom Feuer genommen, geſeiht und in reichlich Butter geſchwenkt. Man gibt feine Peterſilie und Zitronenſaft daran.

Linſengemüſe auf öſterreichiſche Art. ½ Kilo Linſen, 3 Löffel Butter, 1 Löffel Mehl, Salz, Zwiebeln, Zitrone, 2 Löffel friſche Butter.

Die Linſen werden, wie vorher beſchrieben, weich gekocht, geſeiht und in Butter geſchwenkt, mit Mehl geſtaubt und mit heißer Gemüſebrühe aufgegoſſen, geſalzen und leicht verrührt. Man gibt Zitronenſaft, fein geröſtete Zwiebeln über das Gericht. Man ſerviert es mit gefüllten Kohlrabi.

Linſenſalat. ½ Kilo Linſen, Salz, Zitrone, Peterſilie, Zwiebeln, 4 Löffel Öl.

Die gekochten Linſen werden geſeiht, gut abgetropft. Man macht eine Salatſoße aus Öl, Zitrone, Salz, Peterſilie, Zwiebeln und miſcht die warmen, gekochten Linſen damit, und läßt ſie 2 Stunden vor Gebrauch ſtehen. Man ſerviert den Salat mit halbierten harten Eiern.

Linſenkoteletten. ½ Kilo Linſen, feine Kräuter, ½ Zwiebel, ½ Gelbe Rübe, etwas Sellerie, 1 Löffel Butter, 125—130 Gr. Semmelbröſel, 1 Ei, Salz, ¼ Liter Öl.

Die gekochten, erkalteten Linſen werden durch die Maſchine gegeben und mit den geröſteten, fein gewiegten Zutaten und 1 Ei vermiſcht und geſalzen. Man dreht Kugeln aus dieſer Maſſe, drückt ſie flach und dreht ſie in Semmelnbröſeln. Man bäckt ſie raſch in heißem Öl auf der Pfanne, doch muß man ſehr darauf achten, daß ſie nicht zerbrechen, da ſie außerordentlich zart ſind. Man gibt ſie zu einfachem Kohlrabigemüſe.

Cardaunen ſind in unſerer Heimat ein wenig bekanntes Gemüſe, es iſt eine ſüdliche Frucht. Sie iſt ſtachelig und wird wie Schwarzwurzeln behandelt. Die Stacheln entfernt man ſorgfältig, ſchält ſie und gibt ſie beim Schneiden in Waſſer mit Zitrone und Mehl, da ſie leicht die Farbe verliert. Die gewonnenen Teile kocht man ¾ bis 1 Stunde in Salzwaſſer mit etwas Mehl. Man reicht ſie mit beliebiger Soße oder übergießt ſie mit Butter und Bröſeln.

Cardaunen au gratin. 4 Cardaunen, Salz, 4 Löffel Butter, 100 Gramm Bröſeln, 50 Gramm Käſe.

Man legt die Cardaunen, halbiert und geſalzen, in eine gut gebutterte und gebröſelte Gratinform, beſtreut ſie mit Bröſeln und belegt ſie mit Butterflöckchen und geriebenem Käſe. Man bäckt ſie 1 Stunde im Rohr.

Die Weiße Rübe iſt im allgemeinen ein nicht beſonders geſchätztes Gemüſe, doch gibt ſie uns im Winter manche Abwechſlung. Als Volksnahrung iſt beſonders das Rübenkraut zu beachten.

Gedämpfte, junge Rübchen. ½ Kilo kleine Rübchen, etwas Zucker und Salz, 3 Löffel Fett.

Nachdem man die Rübchen gebürſtet und ſauber gewaſchen hat, dämpft man ſie mit Salz und Zucker in Fett und kocht ſie mit Gemüſebrühe weich. Man kann nach Belieben braune, pikante Soße oder Bechamelſoße dazu geben.

Weiße Rüben, gedämpft mit Ei. ¾ Kilo Weiße Rüben, 3 Löffel Butter, Salz, Zucker, Mehl, 2 Eigelb.

Man ſchneidet gut gewaſchene und gebürſtete Rüben in Würfel, dämpft ſie mit Butter und etwas Gemüſebrühe, Salz und Zucker weich. Das Mehl ſtaubt man über die Rüben und gießt dieſelben mit Gemüſebrühe auf, läßt ſie nochmals 10 Minuten kochen. Beim Anrichten legiert man die Soße mit Eigelb.

Weiße Rüben in Milch. ½ Kilo Weiße Rüben, 3 Löffel Butter, Zucker, Salz, ½ Liter Milch, 1 Löffel Butter.

Weiße Rüben werden gut gewaſchen und gebürſtet, in Würfel geſchnitten und in heißer Butter angebraten. Man überſtreut ſie mit Zucker und Salz, damit ſie etwas Farbe bekommen, gießt ſie mit guter friſcher Milch auf und läßt ſie langſam fertig kochen. Reicht ſie zu Pommesfrites.

Karotten.

Junge Karotten ſind eines der feinſten und wohlſchmeckendſten Gemüſe. Sie haben im gelben Farbſtoff wertvolle unbekannte Stoffe, die beſonders für Kinder zuträglich ſind. Man kann ſie das ganze Jahr verwenden, doch werden ſie im Frühjahr zu trocken und ſind daher wertlos. Bei Verwendung bürſte und waſche man ſie ſehr gut, aber ſchäle ſie nicht.

Junge Karotten, gedämpft. 1 Kilo Karotten, 3 Löffel Butter, ½ Zitrone, Salz und feine Kräuter.

Man dämpft junge Karotten in Butter und etwas Salz und etwas Waſſer weich, übergießt ſie beim Anrichten mit Zitronenſaft und überſtreut ſie mit fein gewiegter Peterſilie. Sie werden mit jungen Kartoffeln ſerviert.

Karotten, gebraten. ½ Kilo Karotten, 3 Löffel Öl, 1 Löffel Kräuterbutter, Salz, Zitronenſaft von ½ Zitrone.

Karotten werden gut gewaſchen und gebürſtet. Man raffelt ſie und brät ſie in heißem Öl auf der Pfanne, wendet ſie mehrmals mit der Schaufel um und ſalzt ſie. Beim Anrichten gibt man ſie auf vorgewärmte Platte, begießt ſie mit Zitronenſaft und belegt ſie mit Flöckchen von Kräuterbutter. Beim Servieren gibt man gebackene Käſebrötchen dazu.

Karotten in Karamelſoße. ½ Kilo Karotten, 2 Löffel Butter, 1 Priſe Salz, 50 Gramm Zucker zu Karamel, 1 Löffel Mehl, Peterſilie.

Man ſchneidet Karotten würfelig und dämpft ſie in Butter mit etwas gebranntem aufgelöſtem Zucker (aber nicht zu dunkel). Man gießt Waſſer nach und ſalzt und kocht die Karotten, bis ſie weich ſind. Dann hebt man ſie heraus, dickt die Soße mit Mehl ein, gibt Karotten und Peterſilie dazu und läßt alles nochmals aufkochen. Man ſerviert das Gemüſe zu verlorenen Eiern auf gebackenem Brot.

Karotten in Milch. ¼ Kilo Karotten, 3 Löffel Butter, 1 Priſe Zucker, Salz, ½ Liter Milch, ⅛ Liter Rahm und feine Kräuter.

Man ſchneidet die Karotten in Scheibchen und dämpft ſie in Butter mit Salz, Zucker und etwas Milch. Man gibt die übrige Milch nach und nach dazu und, wenn ſie weich ſind, feine Kräuter und einige Löffel ſüßen Rahm. Man umlegt die Speiſe mit gebackenen Semmelſcheibchen.

Karotten in weißer Soße. ½ Kilo Karotten, 3 Löffel Butter, etwas Zucker und Salz, ⅛ Liter ſüßen Rahm, 1 Ei.

Man ſchneidet die Karotten in ſchöne Scheibchen (wenn ſie zu dick ſind, in Stengelchen). Man dünſtet ſie in Salz, Zucker und Butter halb weich, ſtaubt das Mehl darüber und gießt die Karotten auf. Man läßt ſie weich kochen und legiert ſie beim Anrichten mit Ei und Rahm.

Sellerie in pikanter Soße. 2 Kopf Sellerie, 1 Gelbes Rübchen, 1 Lauch, 1 Peterſilienwurzel, Salz, 4 Löffel Öl, ½ Lorbeerblatt, 2 Wacholderbeeren, ½ Zitrone, 2 Löffel Mehl, 1 Zwiebel.

Man ſchneidet Gelbe Rübe, Peterſilie, Zwiebel und Lauch, röſtet es leicht 10 Minuten, gibt es mit Waſſer in Kaſſerolle, läßt es aufkochen und ſalzt es. Dazu gibt man 1 Scheibe Zitrone und die übrigen Gewürze. Man ſchneidet von dem Sellerie 2 Zentimeter dicke Scheiben, läßt dieſe in der Soße langſam dämpfen. Iſt der Sellerie weich, legt man ihn auf eine Platte, dickt die Soße mit Mehl ein und paſſiert ſie über das Gemüſe. Das Gericht wird über gebackene Weißbrotſcheiben gegeben.

Sellerie in Rahmſoße. 2 Stück Sellerie, 3 Löffel Butter, 2 Löffel Mehl, Salz, $^1/_8$ Liter ſüßen Rahm.

Man bürſtet und ſchneidet die Selleriewurzeln in ſchöne Spalten, wie Äpfel zu Kompott. Man dämpft ſie in Butter mit etwas Brühe und Salz weich. Indeſſen bereitet man eine lichte Butterſoße, gibt einige Löffel ſüßen Rahm daran, legt die Sellerieſtücke hinein und läßt ſie nochmals aufkochen.

Sellerie, gebraten. 3 Stück Sellerie, 3 Zwiebeln, 4 Löffel Butter, 1 Löffel Mehl, Salz.

Die Knollen von ſchönem Sellerie werden gut gewaſchen und gebürſtet, in die Hälfte geteilt. Man ſalzt ſie und gibt ſie mit Butter in eine irdene Bratpfanne. Legt die halbierten Zwiebeln dazu und brät ſie 1 bis 2 Stunden langſam im Rohr. Während des Bratens begießt und beſtreicht man ſie mit etwas Brühe und Butter. Man wendet ſie und behandelt ſie wie Kalbsbraten. Wenn die Knollen weich ſind und ſchön braun, legt man ſie heraus, dickt die Soße mit Mehl ein und läßt ſie nochmals aufkochen. Beim Anrichten ſchneidet man ſchöne Scheiben und gibt je 1 Zwiebelſcheibe gleichſam als Speck darauf. Man ſerviert dickes Apfelpüree und Salzkartoffeln dazu.

Stangenſellerie, gebacken. 2 bis 3 Stangen Sellerie, Backteig von 2 Eiern, 150 Gr. Mehl, Salz, Milch ſo viel, daß es einen dünen Teig gibt, ½ Liter Öl.

Die Stiele werden gewaſchen, getrocknet, in fingerlange Stücke geſchnitten, in Backteig getaucht und in heißem Öl lichtgelb gebacken. Man legt ſie auf 1 Serviette und ſerviert gebackene Peterſilie dazu.

Schwarzwurzeln.

Die Schwarzwurzeln ſind ein ſehr gutes Wintergemüſe und finden ihre Verwertung in verſchiedenen Gerichten. Außer den Wurzeln werden auch die jungen Blätter als Salat genoſſen. Die Schwarzwurzeln ſchabt man, entfernt ſorgfältig die ſchwarze Rinde, gibt ſie in Zitronenwaſſer mit Mehl, um ſie weiß zu erhalten. Man ſtellt ſie in heißem Salzwaſſer zu und verwertet das Waſſer zu Soßen, oder man dämpft ſie in Butter mit Waſſer und Salz.

Schwarzwurzeln in Butter geſchwenkt. 1 Kilo Schwarzwurzeln, etwas Salz, 4 Löffel Butter, 1 Zitrone.

Man putzt die Schwarzwurzeln, legt ſie in Waſſer mit Zitrone und Mehl und kocht ſie in Salzwaſſer weich. Man hebt ſie vorſichtig heraus, läßt ſie gut abtropfen und ſchwenkt ſie in einer Pfanne mit zerlaſſener Butter, läßt ſie gut heiß werden und betropft ſie mit Zitronenſaft. Die Schwarzwurzelbrühe wird zur Suppe verwendet.

Schwarzwurzeln in brauner Soße. 1 Kilo Schwarzwurzeln, Zitronenwaſſer mit Mehl, 3 Löffel Öl, 2 Löffel Mehl, ½ Liter gute Gemüſebrühe, 1 Löffel Öl, Salz, 1 Maggiwürfel.

Man putzt Schwarzwurzeln, ſchneidet ſie in fingerlange Stücke und legt ſie in Zitronenwaſſer mit Mehl. Unterdeſſen bereitet man eine dunkle Einbrenne, gießt ſie mit guter Gemüſebrühe auf, verrührt ſie und läßt die Schwarzwurzeln darin weich kochen. Wenn ſie weich ſind, werden ſie herausgelegt und die Soße eingekocht, mit Olivenöl und Maggiwürfel oder Vitox gewürzt und über die Schwarzwurzeln gegoſſen.

Schwarzwurzeln gebacken. 1 Kilo Schwarzwurzeln, Salz, Zitrone, Mehl, Backteig, 2 Eier, Milch, Mehl, Salz, ½ Liter Öl zum Backen. Marinade: 1 Zitrone, 1 Löffel Öl, etwas Salz und Peterſilie.

Man putzt Schwarzwurzeln, legt ſie in Zitronenwaſſer mit Mehl, ſchneidet ſie in fingerlange Stücke, kocht ſie in heißem Salzwaſſer nicht zu weich, läßt ſie abtropfen und mariniert ſie 1 bis 2 Stunden mit Zitrone, Öl, Salz und Peterſilie. Bei Gebrauch taucht man ſie in Backteig und bäckt ſie in heißem Öl ſchön hellgelb. Man ſerviert ſie auf einer Serviette und gibt dazu Kartoffelpüree.

Schwarzwurzeln au gratin. 1 Kilo Schwarzwurzeln, Zitronenwaſſer, Zitrone und Mehl, 3 Löffel Butter, 3 Löffel Mehl, ¼ Liter Milch, Salz, 100 Gramm Käſe, 1 Löffel Butter.

Man putzt Schwarzwurzeln, ſchneidet ſie in fingerlange Stücke, kocht ſie nicht zu weich. Die dicken Teile werden geſpalten. Mit Butter, Mehl und etwas Brühe bereitet man eine dicke Soße, noch etwas Milch, läßt ſie ¼ Stunde kochen, ſalzt und miſcht den geriebenen Käſe dazu, gibt die gekochten Schwarzwurzeln darunter und gibt den dicken Brei in eine gut gebutterte Gratinform. Man beſtreut die Speiſe mit geriebenem Käſe und gratiniert ſie ½ Stunde im Rohr.

Schwarzwurzelpudding. 1 Kilo Schwarzwurzeln, ⅓ Stange Meerrettich, 120 Gr. Butter, 4 Weißbrötchen, 4 Eier, 50 Gramm Mandeln, Salz und Zitronenſchale.

Die Schwarzwurzeln putzt man und legt ſie in Zitronenwaſſer mit Mehl. Die 4 Weißbrötchen werden in Waſſer eingeweicht, gut ausgedrückt und mit der Butter und den ganzen Eiern ſchaumig gerührt und geſalzen. Die Schwarzwurzeln gibt man durch die Maſchine und verrührt ſie ſogleich mit dem Semmelbrei. Die Mandeln reibt man mit den Schalen, gibt ſie dazu und würzt mit geriebenem Merrettich und geriebener Zitronenſchale. Man gibt die Maſſe in eine gut bebutterte und ausgeriebene Puddingform, ſtellt ſie ſogleich in das Waſſerbad und kocht ſie 1 Stunde. Man ſerviert Hagebutten- oder Tomatenſoße dazu.

Die Tomate iſt eine Frucht von unſchätzbarem Wert. Sie iſt ausgezeichnet im Geſchmack und hervorragend im Nährwert. Sie gehört zu den neutralen Früchten, die zu ſüß und ſauer gegeſſen werden können. Die Tomate erträgt das Kochen, ohne daß ihre Nährſtoffe zerſtört werden.

Tomaten, gefüllt. 12 Tomaten, 3 Brötchen, 4 Löffel Butter, 1 große Zwiebel, 1 Ei, Peterſilie, ½ Zitrone, 2 Löffel Öl, 1 Löffel Mehl, 2 Löffel ſauren Rahm, Salz, Semmelbröſel.

Man wiſcht die Tomaten ſorgfältig ab, ſchneidet den Deckel ab und höhlt ſie mit einem Silberlöffel aus. Man füllt ſie mit folgender Fülle: Eingeweichte, ausgedrückte Brötchen, Salz, viel fein gehackte, in Öl geröſtete Zwiebeln, 1 Ei, feine Kräuter, etwas Semmelbröſeln und 1 Löffel ſauren Rahm. Die Tomaten werden gefüllt, in eine gut gebutterte Gratinform gegeben und mit Butterflöckchen belegt. Man bäckt ſie 1 Stunde im Rohr. Das ausgehöhlte Fleiſch und die Deckel gibt man mit etwas Mehl, Salz, Zitronenſaft und etwas Waſſer zum Kochen und gießt die Tomaten während des Bratens damit auf. Die Tomaten ſollen braun knuſprig gebraten, jedoch ſaftig ſein. Die übrige Soße macht man mit Butter und Rahm zurecht und gibt ſie zu den Tomaten. Man reicht das Gericht zu Kartoffeln oder Reis.

Tomaten, gefüllt, andere Art. 10 Tomaten, 3 Brötchen, ½ Zwiebel, 1 Ei, Peterſilie, Öl.

Die Tomaten werden, wie oben beſchrieben, gefüllt. Man nimmt die Brötchen, ſchneidet ſie in kleine Würfel, röſtet ſie in Öl goldgelb. Das ausgehöhlte Fleiſch und die Deckel der Tomaten werden fein gemacht, mit gehackter Zwiebel, Peterſilie, Salz und den Semmelwürfeln vermengt, 1 hart gekochtes, gehacktes Ei darunter gegeben und die Tomaten gefüllt. Man brät ſie raſch im Rohr oder auf einer offenen Pfanne in Öl, gibt ſie auf Toaſtſcheiben und reicht grünen Salat dazu.

Tomaten, gefüllt mit Champignons. 10 Tomaten, 50 Gramm Champignons, 1 Ei, 50 Gramm Bröſeln, 1 Zwiebel, ganz wenig Knoblauch, 1 kleinen Löffel Kapern, Salz, Öl.

Tomaten werden abgewiſcht und der Deckel abgeſchnitten, mit einem Löffel ausgehöhlt und, wie folgt, gefüllt: Man röſtet fein gehackte Zwiebeln in Öl goldgelb, gibt das fein gemachte Tomatenfleiſch und gewiegte Champignons dazu, brät dieſe Fülle, bis die Flüſſigkeit eingezogen iſt. Die Fülle wird vom Feuer genommen, mit den Kräutern, Knoblauch, Kapern (alles feingemacht), geröſteten Semmelbröſeln und dem Ei vermiſcht und die Tomaten damit gefüllt, Man legt ſie in eine Gratinform und brät ſie ½ Stunde im Rohr mit Öl.

Tomatengemüſe mit ſaurem Rahm. 1 Kilo Tomaten, 3 Löffel Butter, 3 Löffel ſauren Rahm, Salz.

Die Tomaten werden gut abgewiſcht, in dicke Scheiben geſchnitten, in einer flachen Pfanne 15 Minuten in heißer Butter gebraten. Wenn der Saft etwas eingezogen iſt, ſalzt man und übergießt die Tomaten mit Rahm.

Tomatengemüſe, feines. 1 Kilo Tomaten, 3 Löffel Butter, Salz, 3 Löffel Semmelbröſeln.

Die Tomaten werden in heißes Waſſer gelegt und ihnen vorſichtig die Haut abgezogen. Man ſchneidet ſie in 4 Teile, brät ſie in heißer Butter 15 Minuten, ſalzt ein wenig und überſtreut ſie mit Semmelbröſeln. Man läßt ſie 6 bis 10 Minuten ziehen und ſerviert ſie ſogleich.

Tomatengemüſe auf franzöſiſche Art. 1 Kilo Tomaten, 3 Löffel Öl, Salz, ½ Zehe Knoblauch, Peterſilie.

Die Tomaten werden in heißes Waſſer gegeben, geſchält, in die Hälfte geteilt und vorſichtig ausgehöhlt. Kerne und Saft werden entfernt. Das Fleiſch gibt man in eine Pfanne mit heißem Öl und brät es raſch 5 bis 6 Minuten. Man gibt den mit Salz zerdrückten Knoblauch, fein gewiegte Peterſilie darüber und ſerviert es ſogleich. Saft und Kerne werden zur Suppe verwendet.

Tomaten, gebacken. ½ Kilo Tomaten, 100 Gramm Mehl, 1 Ei, 100 Gramm Bröſeln, Salz, Öl, Peterſilie.

Abgewiſchte Tomaten ſchneidet man in dicke Scheiben, paniert ſie in Mehl, Ei und Bröſeln und bäckt ſie in heißem Öl. Man reicht dazu gebackene Peterſilie und kleine Kartoffeln.

Spinat iſt eines der geſündeſten und nahrhafteſten Gemüſe. Braucht bei Verwendung viel Fett. Spinat iſt leicht verdaulich und enthält wichtige Nährſtoffe, beſonders für Blutbildung.

Spinat auf italieniſche Art. 1 Kilo Spinat, 6 Löffel Öl, 1 Löffel Butter, etwas Salz.

Gut gewaſchener und getrockneter Spinat wird in eine Kaſſerolle mit heißem Öl 10 bis 20 Minuten zugedeckt gedämpft. Man ſalzt ihn, richtet ihn auf heißer Platte an und gibt friſche Butter in Flöckchen darauf. Man reicht Salzkartoffeln dazu. (Die zurückbleibende Flüſſigkeit verwende man als Getränk.)

Spinatpudding. 1 Kilo Spinat, 4 Weißbrötchen, 4 Eier, Peterſilie, etwas Knoblauch, Zwiebeln, 4 Löffel Öl, 63 Gramm Grieß, etwas Salz.

Der Spinat wird gut gewaſchen und getrocknet, mit dem Wiegmeſſer fein gemacht. Die Brötchen werden eingeweicht und ausgedrückt, mit den 4 Eiern nach und nach gut verrührt, die gewiegte, geröſtete Zwiebel, Salz, Knoblauch, zuletzt der Spinat dazu gerührt. Man überſtreut die Maſſe mit Grieß und läßt die Flüſſigkeit aufſaugen. Die Maſſe darf nicht zu flüſſig und nicht zu feſt ſein. Man gibt ſie in eine gute gefettete, mit Grieß beſtreute Puddingform und kocht ſie 1 Stunde im Waſſerbad. Beim Kochen achte man darauf, daß der Pudding ſofort nach dem Einfüllen in das Waſſerbad zum Kochen gebracht werde, da er ſonſt anklebt und ſchwer zu ſtürzen iſt. Auch verwende man die ganzen Eier, da dadurch das Zuſammenfallen ausgeſchloſſen iſt.

Blumenkohl

iſt eines der feinſten und beliebteſten Gemüſe. Es iſt ſehr leicht verdaulich. Man verwendet ihn zu Rohkoſt, Suppe, Salaten und Alleingericht. Man gibt ihn mit verſchiedenen Soßen, wie Käſe- und Tomatenſoße, um den Geſchmack zu erhöhen. Beſonders gut eignet er ſich zum Marinieren mit Zitrone, Salz, Öl und Peterſilie. Man kocht ihn in Salzwaſſer mit etwas Mehl, wodurch er ſchön weiß bleibt. Zuvor legt man ihn ½ Stunde in Salzwaſſer, um das Ungeziefer zu entfernen.

Blumenkohl mit Butter und Bröſeln. 1 Blumenkohl, Salz, Mehl, 50 Gramm Bröſeln, 6 Löffel Butter.

Man kocht den Blumenkohl 20 Minuten in Salzwaſſer mit etwas Mehl, achtet, daß er nicht zu weich wird, hebt ihn vorſichtig heraus, gibt ihn auf eine erwärmte Platte, läßt ihn abtropfen und übergießt ihn mit den geröſteten Bröſeln.

Blumenkohl au gratin. 1 Blumenkohl, 1 Zitrone, 1 Löffel Öl, Salz, 3 Löffel Butter, 3 Löffel Mehl, ⅛ Liter Milch, 100 Gramm Käſe, 1 Ei.

Man legt den Blumenkohl ½ Stunde in Salzwaſſer, teilt ihn behutſam in 2 Hälften oder, wenn er zu groß iſt, in 4 Teile. Man dämpft dieſe in einer Kaſſerolle mit Kocheinſatz über Salzwaſſer 30 bis 40 Minuten, bis er weich iſt. Man nimmt ihn behutſam heraus, ſetzt ihn in eine gut gebutterte Gratinform wieder zuſammen, mariniert ihn und läßt ihn ½ Stunde ſtehen. Indeſſen macht man eine dicke Butterſoße, gießt ſie mit Milch auf, gibt Salz und Käſe hinein, läßt ſie aufkochen, zieht ſie mit Eigelb ab und gießt die Soße über den Blumenkohl. Man beſtreut das Gericht mit Käſe und Butter und gratiniert es ¾ Stunden im Rohr.

Blumenkohl mit Tomatenſoße.

Man dämpft Blumenkohl, wie vorhergehend, mariniert ihn und übergießt ihn mit ſtarker, fetter Tomatenſoße. Stellt ihn 10 Minuten ins Rohr zum Heißwerden.

Blumenkohl, gebacken. 1 Blumenkohl, Salz, ½ Zitrone, 1 Löffel Öl, feine Kräuter, ½ Liter Öl zum Backen, 2 Eier, Milch, Mehl und Salz zum Backteig.

Man dämpft den Blumenkohl in einem Einſatztopf nicht zu weich, nimmt ihn heraus, zerteilt ihn möglichſt regelmäßig in kleine Röschen, mariniert ihn 1 Stunde mit Salz, Zitrone, Öl und feinen Kräutern. Bei Gebrauch taucht man ihn in Backteig und bäckt ihn in heißem Öl hellgelb. Man reicht Remouladenſoße dazu.

Blumenkohlſalat. 1 Blumenkohl, Salz, feine Kräuter, wie Eſtragon, Schnittlauch, Zwiebeln, Peterſilie, 1 Zitrone, 3 Löffel Öl.

Zu Blumenkohlſalat kann man auch die zarten Blätter verwenden. Man ſchneidet dieſe in kleine Stücke und kocht ſie in Salzwaſſer. Gibt nach 15 Minuten die kleinen Röschen dazu, ſo daß alles zu gleicher Zeit fertig wird. Man läßt gut abtropfen und übergießt mit der Soße von feinen Kräutern und den anderen Zutaten. Blumenkohlſalat ſoll 1 Stunde vor Gebrauch mariniert werden. Man kann den Salat auch warm geben.

Roſenkohl

iſt eine geſundes und nahrhaftes Gemüſe. Wir haben es den ganzen Winter über. Gekocht, gehört es zu den ſchwer verdaulichen Gemüſen, während es roh leicht vertragen wird. Roſenkohl verträgt ſtarkes Erhitzen, ohne ſeine Nährſtoffe einzubüßen.

Roſenkohl, gedämpft mit Kaſtanien. ½ Kilo Roſenkohl, ½ Kilo Kaſtanien 6 Löffel Butter, einige Löffel Bröſeln, Salz und Gemüſebrühe.

Gut geputzter und gewaſchener Roſenkohl wird mit Butter und etwas Brühe gedämpft, leicht geſalzen und auf eine erwärmte Platte gegeben. Man umgibt ihn mit geſchälten, gekochten Kaſtanien. Die Kaſtanien dämpft man, nachdem man ſie 10 Minuten gekocht und geſchält hat, mit Butter, Salz und etwas Brühe weich. Beim Anrichten ſtreut man etwas geröſtete Semmelbröſeln über den Roſenkohl.

Roſenkohl mit Holländiſcher Soße.

Man dämpft Roſenkohl mit Butter, Salz und etwas Gemüſebrühe weich. Man gibt ihn auf eine erwärmte Platte und übergießt ihn mit Holländiſcher Soße.

Roſenkohl in Butterſoße. ¾ Kilo Roſenkohl, 3 Löffel Butter, 2 Löffel Mehl, Peterſilie, Salz.

Man kocht Roſenkohl nicht zu weich in Salzwaſſer. Indeſſen bereitet man eine lichte Butterſoße, gießt ſie mit der Brühe auf und gibt kurz vor Gebrauch den Roſenkohl hinein. Dann läßt man nochmals aufkochen. Beim Servieren gibt man gewiegte Peterſilie unter das Gericht.

Wirſing

iſt ein ſehr wertvolles Gemüſe. Wirſing iſt eine richtige und wichtige Volksſpeiſe. Er iſt mit Tomaten eines der ſeltenen Gemüſe, die trotz Erhitzens die lebenswichtigen Stoffe behalten. Wirſing iſt gekocht ſchwerer verdaulich, als roh. In letzterem Falle iſt er ein richtiges Darmputzmittel; bei der Bereitung muß er ſorgfältig gereinigt werden, mehrmals gut gewaſchen.

Wirſing auf ungariſche Art. 1 Kilo Wirſing, Salz, 4 Löffel Öl, 2 Löffel Mehl, 1 Zwiebel, etwas Paprika.

Man zerpflückt den Wirſing, reinigt ihn gut und kocht ihn mit wenig Waſſer und etwas Salz weich, ſeiht ihn und läßt ihn abtropfen. Indeſſen bereitet man mit Zwiebeln eine lichte Mehlſchwitze, verrührt gekochte Wirſingblätter gut mit der Schwitze, ſo daß ſie fein werden. Man gießt mit der Brühe auf, ſalzt und läßt aufkochen. Beim Servieren rührt man 1 Meſſerſpitze Paprika darunter. Man gibt ihn zu gebratenen oder gefüllten Tomaten.

Wirſing mit Tomaten. 1 Kilo Wirſing, ¾ Kilo Tomaten, 100 Gramm Butter, 50 Gramm Käſe, Salz.

Gut gewaſchenen Wirſing zerpflückt man, gibt die Blätter abwechſelnd mit halbierten Tomaten, etwas Salz, Butterflöckchen oder Öl lagenweiſe in einen Dampftopf. Man dämpft das Gemüſe ½ bis ¾ Stunden. Beim Servieren hebt man es vorſichtig heraus, übergießt es mit brauner Butter, beſtreut es mit geriebenem Käſe und gibt es zu Reis oder Kartoffeln.

Bohnen ſind ein ſehr geſundes, beliebtes, einheimiſches Gemüſe. Es findet Verwendung zu Salaten, Suppen und Ragouts. Das Kochwaſſer gibt man als Getränk oder verwendet es zur Suppe. Zum Dämpfen eignen ſich nur junge grüne oder gelbe Bohnen. Beim Putzen müſſen die Fäden gewiſſenhaft abgezogen werden, nötigenfalls mit einem ſcharfen Meſſer abgeſchnitten, der Länge nach.

Sie können ſonſt das ganze Gericht verderben. Zum Salzen verwende man Salzlöſung, da es ſonſt leicht harte Stellen gibt. Werden Bohnen in ſchwach geſalzenem Waſſer gekocht, ſo behalten ſie die grüne Farbe.

Bohnen, junge, grüne, gedämpft. 1 Kilo Bohnen, Peterſilie, ½ Zwiebel, Muskat, 1 Eigelb, Milch, 1 Löffel Mehl, 3 Löffel Butter.

Bohnen werden von den Fäden befreit, gebrochen und in etwas Salzwaſſer gedämpft. Sind ſie weich, gibt man ein wenig Mehl, in Waſſer gelöſt, dazu, verrührt es gut und gießt es mit Milch auf. Man läßt das Gemüſe 15 Minuten kochen, würzt es mit Muskat, Peterſilie, Zwiebeln, und legiert es beim Anrichten mit dem Eigelb.

Bohnen grün, mit Kräuterbutter. 1 Kilo Bohnen, Salz, 4 Löffel Butter, Peterſilie, Schnittlauch, Eſtragon, Majoran.

Grüne Bohnen werden geputzt, gebrochen und in ſchwach geſalzenem Waſſer weich gekocht, Man läßt ſie gut abtropfen, gibt ſie auf eine erwärmte Platte, belegt ſie reichlich mit friſcher Kräuterbutter. Das Waſſer verwendet man zur Suppe.

Bohnen grün, mit Ei. 1 Kilo Bohnen, 4 Eier, Salz, 4 Löffel Butter, 50 Gramm Käſe.

Man ſchneidet geputzte Bohnen fein und kocht ſie in Salzwaſſer weich. In einer Pfanne läßt man Butter heiß werden, gibt die abgetropften Bohnen hinein, dreht ſie einige Male raſch um, ſalzt ſie und gibt die verklopften Eier darüber. Man läßt die Eier ſtocken und beſtreut beim Anrichten die Speiſe mit geriebenem Käſe.

Bohnen grün, mit brauner Butter. 1 Kilo Bohnen, 4 Löffel Butter, 1 Zitrone, Salz.

Geputzte, gebrochene Bohnen kocht man weich, gießt ſie ab, gibt ſie auf eine erwärmte Platte. Man übergießt ſie reichlich mit brauner Butter und Zitronenſaft.

Grüne Bohnen und junge Kartoffeln. ½ Kilo grüne Bohnen, 2 Zehen Knoblauch, ¾ Kilo junge Kartoffeln, 4 Löffel Butter, Salz, Peterſilie.

Man kocht junge grüne Bohnen und junge Kartoffeln in wenig Salzwaſſer mit Knoblauch und Butter weich. Man gibt ſie auf eine heiße Platte, überſtreut ſie mit fein gewiegter Peterſilie und zerlaſſener Butter.

Grüne oder gelbe Bohnen in Öl, Knoblauch und Kapern. 1 Kilo Bohnen, 5 Löffel Öl, 1 Löffel Kapern, 2 Zehen Knoblauch, Salz.

Die geputzten, gebrochenen Bohnen werden mit Salz und Knoblauch weich gekocht. Man ſeiht und trocknet ſie, gibt ſie in heißes Öl, dreht ſie mehrere Male um und überſtreut ſie mit Kapern. Man ſerviert ſie zu gebackenen Kartoffelkroketten.

Bohnenſalat, gekocht, warm. ½ Kilo Bohnen, 3 Löffel Öl, Salz, 1 Zitrone, 1 Meſſerſpitze Senf, Zwiebeln.

Weich gekochte, fein geſchnittene Bohnen läßt man abtropfen und hält ſie warm.

Man macht eine Soße von Öl, Senf, Salz, Zitrone, Zwiebeln und gibt ſie heiß über die warmen Bohnen, miſcht einige Male ab. Man ſerviert den warmen Salat zu Armen Rittern oder Kartoffeln.

Flageolet nennt man die jungen ausgelöſten Bohnenkerne. So lange ſie noch friſch und jung ſind, geben ſie ein vorzügliches Gericht, ſind leicht verdaulich und ſehr nahrhaft. Die beſte Sorte iſt lichtgrün oder weiß.

Flageolet, grün.

Man kocht ſie in heißem Salzwaſſer weich, ſeiht ſie und übergießt ſie mit Butterſoße und etwas Zitronenſaft.

Flageolet mit Rahm. 1 Liter Flageolet, 3 Löffel Butter, Salz, einige Löffel Butterſoße, Rahm, Peterſilie, Muskat.

Friſche Flageolet kocht man in Salzwaſſer weich, ſeiht ſie und läßt ſie abtropfen, erwärmt ſie raſch in heißer Butter und gibt einige Löffel lichte Butterſoße, mit Rahm bereitet, darüber. Man würzt ſie mit Salz und Muskat. Beim Servieren gibt man gewiegte Peterſilie und etwas Butter darauf. Man garniert das Gericht mit gebackenen Weißbrotſcheiben oder Käſekrutons.

Flageolet mit grünen Bohnen. ½ Kilo Flageolet, ¼ Kilo grüne Bohnen, Salz, Muskat, Peterſilie, Zitronenſaft, 6 Löffel Butter.

Flageolet werden in Salzwaſſer weich gekocht, geſeiht und getrocknet und raſch in heißer Butter 10 Minuten umgekehrt. Man ſalzt, würzt mit Muskat, feiner Peterſilie und Zitronenſaft und gibt ſie auf eine heiße Platte. In der Mitte macht man eine Grube, gibt junge grüne Bohnen, ebenſo zubereitet, gehäuft hinein.

Bohnen, rote, getrocknet. ½ Kilo Bohnen, 6 Löffel Butter, 4 kleine Zwiebeln, 1 große Selleriewurzel, Salz, 1 Löffel Mehl, friſche Kräuter, ¼ Liter Rotwein, 1 Löffel Butter.

Die Bohnen werden in kaltem Waſſer zugeſtellt und ½ Stunde gekocht. Unterdeſſen brät man in einer Pfanne mit Butter die geſchälten Zwiebeln und den in 4 Teile geſchnittenen Sellerie, bis ſie ſchön braun ſind. Man gibt dieſes zu den Bohnen und läßt alles zuſammen ſchön langſam kochen. Sobald Zwiebeln und Sellerie weich ſind, werden ſie herausgenommen und auf einem Teller warm gehalten. Die Bohnen kocht man weiter, bis ſie weich ſind, ſtaubt ſie ein wenig, gibt friſche Kräuter, 1 Glas Rotwein, das nötige Salz dazu und läßt ſie aufkochen. Bei Gebrauch richtet man die Bohnen auf eine erwärmte Platte, übergießt ſie mit heißer Butter und ziert ſie mit Zwiebeln und Sellerie.

Sauerampfer iſt leider in unſerer Heimat ein zu wenig geſchätztes und bekanntes Gemüſe. Es iſt wohlſchmeckend, ſäuerlich und hat eine ſehr blutreinigende Wirkung. Der wilde Sauerampfer wächſt auf den Wieſen im März und April und wird mit den Frühlingskräutern zu Blutreinigungskuren verwendet. Gartenſauerampfer iſt viel milder. Man kann ihn das ganze Jahr verwenden. Aus Sauerampfer macht man Suppen, Soßen und Gemüſe. Auch als Beigabe zu Spinat mit Rahm und Ei gibt er ein ſchönes Gericht.

Sauerampferſoße. 2 Löffel Fett, 2 Löffel Mehl, 100 Gr. Sauerampfer, 3 Löffel ſauren Rahm, Salz.

Sauerampfer wird gut gewaſchen und geputzt, fein gewiegt in Butter gedämpft. Man ſtaubt ihn und gießt ihn mit Gemüſebrühe auf. Beim Servieren gibt man einige Löffel ſauren Rahm und etwas Salz dazu.

Sauerampfergemüſe mit Salat und Lauch. ¼ Kilo Sauerampfer, 3 Lauchſtiele, 1 Salatkopf, 3 Löffel Butter, 1 Löffel Mehl, ⅛ Liter ſauren Rahm, 2 Eigelb, Salz.

Die gut gewaſchenen Blätter und Stiele des Sauerampfers werden mit wenig heißem Waſſer überbrüht. Man deckt ſie zu und läßt ſie 10 Minuten ſtehen. Man nimmt Lauch und Salat, putzt und wäſcht ihn, ſchneidet ihn grob und gibt ihn mit Butter in eine Kaſſerolle. Der gebrühte Sauerampfer wird ausgedrückt, grob gehackt und zu den anderen Gemüſen gegeben. Man dämpft das Gemüſe zuſammen 15 Minuten, ſalzt es, ſtaubt es mit Mehl und rührt es fein ab. Man gibt gute Gemüſebrühe daran, einige Löffel ſauren Rahm und läßt es nochmals 15 bis 20 Minuten kochen. Beim Anrichten gibt man die Eigelb und den übrigen Rahm dazu und ſerviert es ſogleich. Zu dieſem Gemüſepüree eignen ſich Verlorene Eier auf getoaſtetem Brot.

Die Zwiebel iſt leider noch nicht ſo anerkannt, wie ſie es verdient. Sie iſt von ſehr großem Nährwert und außerordentlich geſund. Als Gewürz iſt ſie in der Küche unentbehrlich. Sie findet Verwendung als Rohkoſt, Gewürz, aber auch als ſelbſtändiges Gericht. Geröſtete Zwiebel iſt ſchwerer verdaulich, als rohe. Die große ägyptiſche Zwiebel iſt ſehr fein im Geſchmack. Ebenſo die Schalotte. Sie wird zu den Delikateſſen gerechnet.

Zwiebeln, gefüllt. 6 große Zwiebeln, 1 Löffel Butter, Salz, 1 Brötchen, 100 Gr. Champignons, Peterſilie, 1 Löffel Rahm, 1 Ei, 2 Löffel Butter, 50 Gr. Bröſeln.

Man nimmt die großen, weißen Zwiebeln, ſchält ſie und überkocht ſie, bis ſie halb weich ſind. Man gibt ſie auf ein Brett zum Abtropfen und höhlt das Innere mit einem kleinen Löffel aus. — Fülle: Man gibt 2 eingeweichte, ausgedrückte Brötchen, geputzte, gewiegte Champignons, Peterſilie, Salz und Butter in eine Kaſſerolle, läßt es gut heiß werden und verrührt es fein; man nimmt es vom Feuer weg, gibt den Rahm und das Ei dazu und füllt damit die Zwiebeln, in eine gut gebutterte Gratinform ordnet man die Zwiebeln, beſtreut ſie mit Butter und Semmelbröſeln und brät ſie ½ Stunde im Rohr.

Will man Soße dazu haben, ſo gibt man in die Zwiebelbrühe einige Löffel Mehl und etwas Butter, und übergießt mit dieſer Flüſſigkeit die Zwiebeln während des Bratens.

Zwiebeln, mit feinen, jungen Erbſen. ½ Kilo Erbſen, 1 Kopfſalat, ¼ Kilo kleine Zwiebeln, 3 Löffel Butter, 1 Löffel Mehl, Salz, Zucker.

Man nimmt ganz feine junge Erbſen und gibt ſie mit einem in die Hälfte geteilten, gewaſchenen und getrockneten Kopfſalat in heiße Butter, dämpft dies zuſammen 10 Minuten, bis der Salat genügend Flüſſigkeit gezogen hat. Man gibt etwas Salz und die kleinen Zwiebeln dazu, dämpft alles zuſammen 1 Stunde.

Die Speiſe ſoll gleichmäßig fortkochen (bei gelindem Feuer), jedoch 4mal wird ſie plötzlich auf lebhaftes Feuer geſtellt und das Kochen unterbrochen. Iſt das Gemüſe weich, ſtreut man ein wenig Mehl, 1 Priſe Zucker und Butter darüber, rührt es auf und läßt es nochmals aufkochen. Man ſerviert es auf Toaſtbrot.

Zwiebeln als Gemüſe. 6 Zwiebeln, 1 Gelbe Rübe, etwas Sellerie, Peterſilie, Salz, 3 Löffel Butter, 50 Gramm Bröſeln.

Die Zwiebeln werden geſchält, mit den Gemüſen und etwas Salz weich gekocht. Man ſeiht ſie, gibt ſie auf eine erwärmte Platte, übergießt ſie mit geröſteten Bröſeln. Die Brühe eignet ſich gut zur Suppenbereitung, für Brenn- oder Kümmelſuppe.

Zwiebeln, gekocht in brauner Soße. 6 Zwiebeln, 2 Löffel Mehl, 3 Löffel Butter, ½ Zitrone, Salz.

Die Zwiebeln werden bereitet, wie vorher beſchrieben. Die Brühe ſeiht man, verrührt ſie mit dextriniertem Mehl, kocht ſie mit Butter und Zitronenſaft auf und gibt ſie über die Zwiebeln.

Erbſen, junge, grüne, mit Kräuterbutter. ½ Kilo Erbſen, 3 Löffel Butter, Zucker, Salz, feine Kräuter.

Die Erbſen werden in Salzwaſſer mit etwas Zucker gekocht, geſeiht und getrocknet, in heißer Butter geſchwenkt und mit feinen Kräutern überſtreut.

Erbſen-Konſerven. ½ Kilo Erbſen, 3 Löffel Butter, Peterſilie, Salz und Zucker, 1 Eigelb.

Im Winter verwendet man Konſerven als Erſatz für friſches Gemüſe. Die Büchſe wird geöffnet; man läßt das Waſſer abrinnen und gibt die Erbſen in einem feinem Sieb einige Minuten in heißes Waſſer. Man gibt ſie in heiße Butter, wendet ſie einige Male, überſtreut ſie mit Peterſilie, Zucker und Salz. Man verrührt in einer Taſſe Waſſer 1 ganzes Eigelb, einige Tropfen Maggi und gibt dieſes raſch unter die Erbſen. Man richtet das Gericht auf erwärmter Platte an und belegt es mit Butterflöckchen. Eignet ſich beſonders zur Zuſammenſtellung mit Spiegeleier und Kartoffeln.

Kraut, rotes, iſt ein wichtiger Faktor in der neuzeitlichen Ernährung. Es enthält viel Nährſtoffe, eignet ſich beſonders als Volksernährung; wird verwendet als Rohkoſt in Diätküche, da es wichtige Stoffe für Nierenkranke enthält. Bei Krautbereitung vermeide man möglichſt die Zugabe von Waſſer. Man erſetze die Flüſſigkeit lieber durch ſaftige Früchte oder andere Gemüſe, wie Äpfel oder Tomaten.

Kraut, rotes, gedämpft. 1 Kilo Kraut, 3 Löffel Butter, 2 große, ſäuerliche Äpfel, Salz, 1 Zitrone, Muskat, ſauren Rahm.

Das Kraut wird geſchnitten und gewaſchen. Man dämpft es in heißem Fett, dreht es mehrmals um und übergießt es mit Zitronenſaft. Indeſſen ſchneidet man 2 große, ſäuerliche Äpfel in Spalten, gibt ſie mit Salz und Muskat zu dem Kraut und läßt alles zuſammen fertig dämpfen. (Ungefähr 1 bis 1½ Stunden.) Iſt das Kraut weich, übergießt man es mit einigen Löffeln ſaurem Rahm.

Während des Dämpfens muß man das Kraut öfter aufrühren, die Kaſſerolle feſt verſchloſſen halten und die Zugabe von Waſſer vermeiden. Eignet ſich beſonders zu Pommesfrites.

Kraut, weiß, wird zu den nahrhaften, aber ſchwer verdaulichen Gemüſen gerechnet. Roh iſt es leichter verdaulich, als gekocht. Kraut iſt als Volksnahrung von unſchätzbarem Wert. Sauerkraut erfreut ſich einer beſonderen Beliebtheit, iſt nahrhaft und bekömmlich. Auch Sauerkraut iſt roh leichter verdaulich, als gekocht; wird als Heilmittel gegen Säurebildung verwendet.

Weißkraut, gedämpft. 1 Kilo Weißkraut, 3 Löffel Butter, Salz, Zucker, Zwiebeln, feine Kräuter oder Kümmel, ⅛ Liter ſauren Rahm.

Man ſchneidet Weißkraut, wäſcht es und dämpft es in Butter mit fein gewiegten Zwiebeln 10 Minuten. Man ſalzt es, gibt etwas Zucker daran und dämpft es eine weitere ½ Stunde. Bei Gebrauch rührt man feine Kräuter und etwas ſauren Rahm daran.

Weißkraut kann mit Dill, Kümmel oder Äpfel gewürzt werden.

Weißkraut mit Tomaten. 1 Kilo Kraut, ½ Kilo Tomaten, 4 Löffel Butter, Salz, Zwiebeln.

Das Kraut wird geſchnitten und gewaſchen, kommt lagenweiſe mit halbierten Tomaten in heiße Butter. Man röſtet die Zwiebeln goldgelb, gibt ſie dazu, ſalzt das Ganze und dämpft es zugedeckt 1 Stunde.

Sauerkraut, einfaches, gekochtes. ½ Kilo Sauerkraut, 3 Löffel Öl, 1 Zitrone, Salz, 2 Löffel Butter, 1 Zwiebel.

Man kocht das Sauerkraut mit etwas Waſſer, Salz, Öl weich, richtet es an und übergießt es mit braun gebratenen Zwiebeln.

Sauerkraut, gebraten. ½ Kilo Sauerkraut, 3 Löffel Butter, Salz, Zitronenſaft.

Man drückt Sauerkraut gut aus und brät es raſch auf der Pfanne auf beiden Seiten in heißer Butter ſchön braun. Man wendet es mehrmals mit der Schaufel. Vor dem Servieren ſalzt und übergießt man es mit Zitronenſaft. Man gibt dazu gebratene Äpfel.

Die Gurke iſt eines der beliebteſten Gemüſe, beſonders als Rohkoſt. Eignet ſich aber auch als Gemüſe zum Backen und zum Füllen.

Gurkengemüſe. 1 Kilo Gurken, 3 Löffel Öl, Salz, ¼ Liter ſauren Rahm, 1 Löffel Mehl, 1 Taſſe Waſſer.

Die Gurke wird geſchält, in die Hälfte geteilt und die Kerne entfernt. Man ſchneidet große Würfel und dämpft dieſe in Butter und etwas Salz, bis ſie glaſig ſind. Man übergießt ſie mit ſaurem Rahm, gibt ein kleines Mehlteigerl daran, rührt es mehrmals auf und läßt ſie weich kochen. Vor dem Anrichten gibt man noch einige Löffel ſauren Rahm an das Gemüſe. Soll jedoch nicht mehr kochen.

Gurke, gebacken. 1 Kilo Gurken, Marinade, 2 Löffel Öl, 1 Zitrone, Salz. Backteig: 2 Eier, Mehl, Milch, Salz. Zum Backen: ¾ Liter Öl.

Man ſchält und ſchneidet die Gurke in fingerlange, zweifingerdicke Schnitten.

Man mariniert dieſe während 1 Stunde. Man läßt ſie abtropfen, taucht ſie in den Backteig und bäckt ſie in heißem Öl hellgelb. Das Gericht eignet ſich gut zu Kartoffelbrei.

Gurke, gefüllt. 1 Kilo Gurken, 3 Weißbrötchen, feine Kräuter, Kapern, 2 Eier, 1 Zwiebel, ¼ Liter ſauren Rahm, 3 Löffel Butter, 1 Löffel Mehl.

Man ſchält die Gurke, halbiert ſie, höhlt ſie aus und ſchneidet ſie in die Hälfte. Man gibt ſie in gut gebutterte Gratinform und füllt ſie, wie folgt: Eingeweichte, ausgedrückte Brötchen werden mit den Eiern, Rahm, Salz und gewiegten Kräutern gut vermengt und in die Gurken gefüllt. Man brät die Gurken 1 bis 1½ Stunden im Rohr, übergießt ſie mit ſaurem Rahm und beſtreicht ſie mit Butter. Das Mehl rührt man in etwas Waſſer glatt und bindet damit die Soße. Die Gurken-Fülle ſoll oben braun und knuſprig ſein, jedoch ſaftig.

Fenchel oder Finocchi iſt eine Pflanze, die in warmen Gegenden wächſt. Die Knolle iſt außerordentlich aromatiſch, leicht verdaulich und geſund. Man verwendet ſie zu Rohkoſt, aber auch gedämpft als Gemüſe. Die Zubereitung verlangt viel Sorgfalt. Das grüne Kraut des Fenchels benützt man zum Würzen oder zu Soßen.

Fenchel, gekocht mit Butter und Bröſeln. 4 große Fenchel, 4 Löffel Butter, Salz, 100 Gramm Semmelbröſeln.

Die Knollen ſchneidet man von den unteren und oberen Stielen ab, ſo daß nur die Zwiebeln bleiben. Man wäſcht und reinigt ſie, gibt ſie in kochendes Salzwaſſer; man hebt ſie heraus, läßt ſie abtropfen, gibt ſie in heiße Butter, wendet ſie und überſtreut ſie mit geröſteten Semmelbröſeln. Wenn die Knollen groß ſind, teilt man ſie vor dem Anrichten in die Hälfte.

Fenchel, gedämpft mit Rahm. 4 große Fenchel, 3 Löffel Butter, ½ Löffel Mehl, ½ Zwiebel, Salz, 3 Löffel ſüßen Rahm, Gemüſebrühe.

Man ſchneidet die Zwiebeln fein, gibt ſie in Butter und röſtet ſie hellgelb. Die vorgerichteten Fenchelknollen teilt man in die Hälfte, ſetzt ſie auf die geröſteten Zwiebeln, ſalzt ein wenig und dämpft ſie mit der Brühe langſam ½ bis 1 Stunde. Während des Dämpfens übergießt man ſie löffelweiſe mit Rahm. Um die Soße ſämig zu machen, rührt man das Mehl ein und gießt ein wenig auf.

Stachys ſind kleine, unſcheinbare Wurzeln, die aus Japan kommen. Das Gemüſe wird aber auch im Süden Italiens gebaut. Es iſt leicht verdaulich und findet ſeine Verwendung zu Salaten, Gemüſen und Paſteten.

Stachys als Salat. ½ Kilo Stachys, 4 Löffel Öl, Salz, Zitrone, Peterſilie.

Man reibt die Stachys mit einem groben Tuche und ziemlich viel Salz feſt ab. Man wäſcht ſie ſauber nach und kocht ſie in Salzwaſſer nicht zu weich. Man ſeiht ſie und läßt ſie abtropfen. Man macht eine Marinade von Öl, Salz, Zitrone und Peterſilie und übergießt das Gemüſe damit. Stachys kann man auch als Salat mit Mayonnaiſe reichen.

Stachys mit Butter und Bröſeln. ½ Kilo Stachys, 3 Löffel Butter. 50 Gramm Bröſeln, Salz.

Stachys werden, wie oben, geputzt und gekocht. Nachdem ſie gut abgetropft ſind, gibt man ſie in heiße Butter und Bröſeln, ſalzt und erwärmt ſie und ſerviert ſie ſogleich.

Stachys in Butterſoße. ½ Kilo Stachys, 3 Löffel Butter, 2 Löffel Mehl, Salz, Ingwer, 1 Ei.

Man bereitet Stachys, wie oben beſchrieben. Indeſſen bereitet man eine helle Butterſoße mit der Brühe, würzt dieſe mit Salz, Ingwer, und gibt die gekochten Stachys hinein. Vor dem Anrichten zieht man die Soße mit 1 Eigelb ab.

Stachyspaſtete. ½ Kilo Stachys, 3 Löffel Butter, 2 Löffel Mehl, Salz, Ingwer, Zitrone. Paſtetenteig: 250 Gramm Mehl, 150 Gramm Butter, Salz, 1 Eigelb, ungefähr $^{2}/_{10}$ Liter kaltes Waſſer.

Man bereitet Stachys mit Butterſoße, wie vorher beſchrieben, würzt mit etwas Zitronenſaft und gibt ſie in eine mit Paſtetenteig ausgelegte Springform. Man bäckt ſie in heißem Rohr eine gute ½ Stunde.

Man gibt das Mehl auf ein Brett, ſalzt es ein wenig und ſchneidet die Butter in kleine Stückchen hinein. Man bröſelt Butter und Mehl mit den Händen raſch ab, gibt das Ei dazu und ſo viel von dem Waſſer daran, daß es ein ziemlich feſter Teig wird. Man macht dieſen ſchnell zuſammen, wellt ihn aus und ſchlägt ihn dreifach zuſammen. Dies Verfahren wiederholt man viermal. Man kann den Teig ſofort verwenden, oder man legt ihn bis zum Gebrauch zwiſchen 2 Teller an einen kühlen Ort.

Man teilt den Teig in eine größere und kleinere Hälfte und wellt beide Teile ſchön rund aus. Mit der größeren Hälfte belegt man eine gebutterte, geſtaubte Springform, und läßt die Enden etwas über den Rand hinaus hängen. Indeſſen macht man die Stachys warm und gibt ſie in die ausgefütterte Form. Mit der kleineren Teighälfte bedeckt man das Gemüſe und ſchlägt den Rand über. In der Mitte macht man mit einem Krapfenſtecher ein rundes Loch, um den Dampf entweichen zu laſſen. Man beſtreicht die Paſtete mit Eigelb und bäckt ſie heiß. Das kleine Deckelchen wird extra gebacken und wieder aufgeſetzt. Man ſerviert die Paſtete mit grünem Salat.

Will man Teigreſte zur Paſtete verwenden, ſo beſtreut man den Boden einer gut gebutterten Form reichlich mit Bröſeln und geriebenen Mandeln oder Haſelnüſſen.

Gemüſeragout. 1 Kilo Tomaten, 1 Kilo Gurken, ¼ Kilo Bohnen, 6 Löffel Öl, Peterſilie, ¼ Liter ſauren Rahm.

Man ſchneidet die Tomaten in die Hälfte, ſchält die Gurken, ſpaltet ſie in 4 Teile und ſchneidet aus dieſen 3 Zentimeter breite Stücke. Die Bohnen putzt und bricht man. Man gibt das Gemüſe lagenweiſe mit dem Öl und etwas Salz in eine Bratpfanne und brät es 1 Stunde im Rohr bei mäßiger Hitze. Man rühre nicht auf, ſondern ſchüttle die Pfanne, um die Gemüſe nicht zu verletzen. Wenn die Bohnen weich ſind, gießt man ſauren Rahm über die Speiſe, ſchüttelt ſie nochmals auf und gibt ſie vorſichtig auf eine erwärmte Platte. Man kann das Ragout mit Blätterteig garnieren oder zu Kartoffelſpeiſen geben.

Champignons (in der fleiſchloſen Küche)

Die echten Gartenchampignons ſind die edelſten unter den Pilzen. Man verwendet ſie nicht bloß als Gewürze, ſondern auch zur Garnierung und als eigenes Gericht. Zu beachten iſt die Qualität. Gute Champignons müſſen feſt und weiß ſein. Iſt die Haut braun und weich, ſind ſie nicht verwendbar, haben keinen Geſchmack, ſind wertlos, eventuell auch giftig. Bei der Zubereitung erhält man Champignons dadurch weiß, daß man ſie nach dem Schälen in Zitronenwaſſer legt.

Gefüllte Champignons. Champignons, Öl, Salz, Knoblauch, Zwiebeln, Peterſilie, Zitrone, Butter, Semmelbröſeln.

Man teilt die Champignons in Hut und Stiele, zieht die Haut ab und wäſcht ſie raſch in viel Waſſer und läßt ſie abtropfen. Man mariniert ſie 2 Stunden in Salz, Öl und etwas Knoblauch, füllt ſie mit fein gewiegter Peterſilie und Zwiebeln, gibt ſie in eine gut gebutterte Gratinform, beſtreut ſie mit Semmelbröſeln und Öl und dämpft ſie langſam ½ bis 1 ganze Stunde im Rohr. Bei Gebrauch gibt man etwas Zitronenſaft und friſche Butter darüber. Man verwendet ſie als Garnierung von Blumenkohl oder Tomaten.

Champignons mit Ei. Champignons, Zwiebeln, Butter, Mehl, Knoblauch, Salz, 1 Eigelb, Zitronenſaft.

Geputzte Champignons ſchneidet man blättrig, gibt ſie in friſche, zerlaſſene Butter, ein wenig gewiegte Zwiebeln dazu und dreht ſie raſch 10 Minuten. Man ſtreut 1 Kochlöffel Mehl darüber, gießt ſie mit heißem Waſſer auf, ſo daß ſie bedeckt ſind, würzt ſie mit Salz und Knoblauch und läßt ſie nochmals aufkochen. Bei Gebrauch gibt man ein verkleppertes Ei, feine Peterſilie und etwas Zitronenſaft dazu. Man ſerviert ſie mit gebackenen Semmelſcheiben. — Steinpilze und Morcheln werden auf dieſelbe Weiſe zubereitet.

Champignons und Steinpilze in der Rahmſoße. Pilze, Butter, Peterſilie, Mehl, ſauren Rahm, Salz.

Geputzte und blättrig geſchnittene Pilze werden 10 Minuten in heißer Butter gedämpft, mit etwas Mehl beſtreut und heißem Waſſer aufgegoſſen. Man gibt etwas ſauren Rahm dazu und läßt die Pilze ½ Stunde kochen. Bei Gebrauch ſalzt man ſie, gibt fein gewiegte Peterſilie dazu und vor dem Anrichten ½ Taſſe dicken, ſauren Rahm. Man läßt ſie nicht mehr kochen. Serviert ſie mit Semmelknödel.

Milchbrätlinge auf franzöſiſche Art. Brätlinge, Butter, Öl, Zwiebeln, Peterſilie, Knoblauch.

Die Milchbrätlinge werden nicht geſchält, um ſie möglichſt wenig zu verletzen. Man trennt die Kappe von dem Stiel und wäſcht ſie raſch in viel Waſſer und trocknet ſie. Man brät die Kappe in heißem Öl auf beiden Seiten. Gleichzeitig brät man in einer anderen Pfanne die gewiegten Stiele mit gewiegten Zwiebeln und den übrigen Zutaten. Man richtet die Kappen an, gibt das Haſchee über die Kappen und ſerviert ſie gleich.

Milchbrätlinge auf deutſche Art. Milchbrätlinge, Butter, Salz, Peterſilie, Zitrone.

Die Brätlinge werden gewaſchen, getrocknet und von den Stielen getrennt. In eine Pfanne gibt man halb Butter, halb Öl, brät die Pilze raſch auf beiden Seiten, ſalzt ſie, überſtreut ſie mit Peterſilie und Zitronenſaft und ſerviert ſie. Die Stiele kann man halbiert mitbraten.

Reizker oder Wacholderſchwamm werden ebenſo bereitet.

Champignons mit gebackenem Brot. Champignons, Butter, Zitronenſaft, Mehl, Salz, Muskatnuß, Peterſilie, Eigelb, Weißbrot, Butter.

Champignons oder Steinpilze putzt und wäſcht man in viel Waſſer, läßt ſie abtropfen und ſchneidet ſie blättrig. Man gibt ſie 10 Minuten in heiße Butter, betropft ſie mit etwas Zitronenſaft. Man ſtaubt einige Löffel Mehl darüber und gießt ſie mit etwas heißem Waſſer auf, gibt die übrigen Gewürze dazu und läßt ſie ¼ Stunde kochen. Bei Gebrauch gibt man 2 verklopfte Eigelb darunter, legt in eine Gratinform geröſtete Weißbrotſcheiben und übergießt ſie mit den Champignons. Nach Bereitung ſoll die Speiſe ſofort ſerviert werden.

Wilde Champignons.

Wilde Champignons haben einen ſehr ſcharfen Geſchmack. Sie ſollen daher bei Verwendung in Butter gebraten, mit Zitronenſaft betropft werden, wodurch der Geſchmack vergeht.

Wilde Champignons nach einfacher Leute Art. ¼ Kilo Champignons, 1 Löffel Butter, Saft ½ Zitrone, Butterſoße, 3 Löffel Butter, 2 Löffel Mehl, etwas Salz, etwas Waſſer, 2 Weißbrot, 4 Löffel Öl, Peterſilie, 2 Eier.

Man putzt und ſchneidet Champignons blättrig, wäſcht ſie und brät ſie in Butter 10 Minuten. Man betropft ſie mit Zitronenſaft. Indeſſen macht man eine lichte Butterſoße, läßt ſie einmal aufkochen, gibt die gebratenen Champignons hinein, ſalzt und läßt ſie ¼ Stunde leicht kochen. Unterdeſſen röſtet man großwürflig geſchnittenes Weißbrot in Öl, gibt dies auf eine heiße Platte und beſtreut es mit fein gewiegter Peterſilie. Die Champignonſoße wird mit 2 verklopften Eiern gut verrührt und ſo raſch als möglich über die heißen Weißbrotwürfel gegeben. Die Speiſe muß ſogleich ſerviert werden.

Morcheln

ſind die erſten Frühlingspilze. Man findet ſie ſchon im März. Sie ſchmecken ſehr gut; ſie werden wie wilde Champignons bereitet.

Die Trüffel iſt ein Gewürz, das in unſerer Heimat ſelten vorkommt. Sie gehören zu der Gattung von Pilzen, die unter der Erde wachſen. In der Gegend des Chiemſees werden manchmal Trüffeln gefunden. Man achte darauf, daß ſie feſt und geſund ſind. Es gibt weiße, ſchwarze und marmorierte Trüffeln. In den Handel kommen getrocknete und Konſerven. Die getrockneten Trüffeln weicht man 1 bis 2 Stunden in kaltem Waſſer und verwendet ſie zu Soßen. Zu bemerken iſt, daß Trüffel ſehr ſchwer verdaulich iſt und daher nur in kleinen Quantitäten zur Verwendung kommt.

Trüffel als Gewürz zu Paſteten und feinen Ragouts iſt ausgezeichnet.

Trüffeln in Aſche gebraten.

Die friſche Trüffel wird ſehr gut gewaſchen und gebürſtet, mehrmals in naſſes Papier gewickelt und in heißer Aſche 1 bis 2 Stunden gebraten.

Trüffelſoße.

Die Trüffeln werden gewaſchen, geſchält und geſchnitten, in Butter gedämpft, mit Wein aufgegoſſen und zur braunen Soße gegeben.

Kartoffeln (in der fleiſchloſen Küche)

Die Kartoffel iſt eine herrliche und wunderbare Frucht. Sie iſt nahrhaft, wohlſchmeckend und bildet den größten Teil unſerer Volksernährung. Man kann ſie auf die verſchiedenſte Art zubereiten, als Beilage, Salate und als Hauptgericht. Kartoffeln ſollten niemals in Waſſer gekocht werden, ſondern nur ungeſchält in Dampf; dadurch behalten ſie ihre ganze Nährkraft und ſind leicht verdaulich. Die Sorten der Kartoffeln ſind verſchieden. Junge, unreife Kartoffeln ſind nicht geſund. Am beſten ſind mehlige Kartoffeln, beſonders zu Brei zu verwenden, während die gelbe, feſte Kartoffel eine ausgeſprochene Salatkartoffel iſt. Gegen das Frühjahr ſoll man die Keime der Kartoffeln ſorgfältig entfernen, wobei zu beachten iſt, daß man keine Wunde an der Hand hat, da Kartoffelkeime giftig ſind. Man verwendet zum Dämpfen Kümmel, um die Giftſtoffe abzuſchwächen. Die im Rohr gebackenen Kartoffeln ſind die ſchmackhafteſten. Man kann ſie mit der Schale genießen, brät ſie knapp ½ Stunde, beachte aber, ſie ſorgfältig zu waſchen, daß kein Erdgeſchmack bleibt.

Kartoffeln, gebacken nach Haniſch.

Man nimmt gleich große Kartoffeln, wäſcht ſie gut, gibt ſie auf ein Gitter oder Blech und bäckt ſie ½ Stunde im Rohr. Man nimmt ſie heraus, läßt ſie überkühlen, ſchneidet ſie mit ſcharfem Meſſer der Länge nach durch und höhlt jede Hälfte nicht zu tief aus. Das Ausgehöhlte miſcht man mit Salz und friſcher Butter gut ab und füllt es wieder in die Kartoffeln zurück. Man beſtreut ſie mit geriebenem Käſe und ſtellt ſie nochmals 15 Minuten ins Rohr.

Kümmelkartoffeln.

Man wäſcht gleich große Kartoffeln, ſchneidet ſie der Länge nach durch, taucht ſie mit der Schnittfläche in Salz und Kümmel und legt ſie auf ein beſchmiertes Blech. Man bäckt ſie entweder raſch ½ Stunde im Rohr oder läßt ſie langſam bei gelinder Feuerung 1 Stunde gar werden.

Kartoffeln à la maitre d'hotel. Kartoffeln, Fett, Zwiebeln, Peterſilie, Salz, Zitrone.

Man ſchneidet geſchälte, gekochte Kartoffeln in nicht zu dicke Scheiben, gibt ſie in eine Pfanne mit heißem Fett, gehackter Peterſilie, Zwiebeln, röſtet ſie raſch und ſalzt ſie. Beim Anrichten übergießt man ſie mit Zitronenſaft.

Junge, gekochte Kartoffeln in weißer Soße. 1 Kilo Kartoffeln, Weiße Soße oder Champignonſoße, wachsweiche Eier oder Tomaten, 6 Scheiben Toaſtbrot.

Man kocht die Kartoffeln in Dampf, ſchält ſie und richtet ſie auf einer heißen

Platte an. Man übergießt ſie mit weißer Butterſoße oder mit Champignonſoße. Man garniert die Platte mit halb weichen oder harten Eiern, oder gibt gebratene Tomatenſcheiben auf Toaſtbrot als Garnierung.

Rahmkartoffeln. Kartoffeln, Fett, Mehl, Zwiebeln, Peterſilie, Muskat, Salz, ſüßen Rahm.

Man macht eine dicke Butterſoße mit Zwiebeln, Peterſilie, Salz, Muskat und ſüßem Rahm, läßt ſie 10 Minuten kochen, gibt die geſchälten, gekochten Kartoffeln hinein, läßt ſie gut heiß werden und trägt ſie auf.

Bei Kartoffeln mit Soßen darf man die Kartoffeln nicht zu früh mit den Soßen zuſammengeben, da ſie leicht verkochen und das Gericht unanſehnlich wird. Auch iſt zu beachten, daß die Soßen im Geſchmack ſehr ausgeſprochen, faſt ſcharf ſein müſſen. Man verwendet Zitrone, Majoran oder Knoblauch und anderes in Abwechſlung.

Pariſer Kartoffeln. Kartoffeln, Fett, Zwiebeln, Salz, Peterſilie, 1 Glas Waſſer.

Gleich große Kartoffeln ſchält man und legt ſie in kaltes Waſſer bis zum Gebrauch. In einer Kaſſerolle röſtet man fein geſchnittene Zwiebeln braun, gibt 1 Glas heißes Waſſer dazu, würzt es mit Salz und Peterſilie. Man gibt die Kartoffeln hinein und läßt ſie auf kleinem Feuer gar kochen.

Amerikaniſche Kartoffeln.

Man ſchält und ſchneidet Kartoffeln in ½ Zentimeter dicke Scheiben, gibt ſie in heißes Fett, dämpft ſie, gut zugedeckt, 1 Stunde bei kleinem Feuer. Man ſalzt und rührt öfter auf, da ſie gerne eine Kruſte bilden. Dieſes Gericht iſt als Frühſtück der Arbeiter in Amerika beliebt.

Saures Kartoffelgemüſe. ¾ Kilo gekochte Kartoffeln, 4 Löffel Fett, 2 Löffel Mehl, 1 Zwiebel, 3 Wacholderbeeren, ½ Lorbeerblatt, 1 Stückchen Zitronenſchale, 1 Zehe Knoblauch, Saft 1 Zitrone, 1 Salzgurke, Peterſilie.

Man ſchneidet die Zwiebeln fein, gibt ſie in heißes Fett, röſtet ſie ganz leicht, gibt das Mehl dazu und rührt, bis alles zuſammen Farbe hat. Man gießt die Soße mit heißem Waſſer auf, gibt die Gewürze hinein, ſalzt und würzt mit Zitronenſaft und läßt ſie ¼ Stunde kochen. Vor dem Anrichten gibt man die Kartoffelſcheiben und die geſchnittene Salzgurke dazu, hebt alles behutſam durcheinander und läßt es gut heiß werden. Man gießt 1 bis 2 Löffel Olivenöl über das Gemüſe.

Kartoffeln au gratin. 1 Kilo Kartoffeln, ½ Liter Milch oder ⅛ Liter Rahm, 4 Löffel Butter, 2 Eigelb, 50 Gramm Käſe, 50 Gramm Semmelbröſeln.

Von den Kartoffeln macht man einen Brei mit Milch oder Rahm, einigen Eigelb, gibt Salz und Käſe dazu. Der Brei darf nicht zu flüſſig ſein. Man buttert eine Gratinform aus, gibt den Kartoffelbrei hinein, beſtreut ihn mit Käſe und Semmelbröſeln, belegt ihn mit Butterflöckchen und gratiniert ihn ½ Stunde im Rohr.

Kartoffeln au gratin auf italieniſche Art. ½ Kilo Kartoffeln, 2 Brötchen, 3 Eier, Salz, Käſe, Butter.

Die Brötchen werden eingeweicht, gut ausgedrückt und mit den Eiern, Salz und Käſe feſt verrührt. Die gekochten Kartoffeln werden durchgedreht, zu der Maſſe gerührt und reichlich Butter darunter gegeben. Man füllt die Maſſe in eine gut gebutterte Gratinform und bäckt ſie ¾ Stunden im Rohr, beſtreicht ſie während des Backens mehrmals mit Butter und Öl.

Körner- oder Brotfrüchte (in der fleiſchloſen Küche)

Reis iſt leider in unſerem Vaterlande viel zu wenig geſchätzt und geachtet. Er wird meiſt als Suppeneinlage verwendet, während dem Reis in der Küche eine viel vornehmere Stellung gebührt. Reis iſt nahrhaft, geſund, ſchmackhaft und ſehr leicht verdaulich. Es gibt 2 Sorten von Reis: 1. den polierten oder geſchälten Reis, 2. den ungeſchälten Reis mit Schalen und Silberhäutchen. Von dem geſchälten Reis ſind verſchiedene Qualitäten im Handel. Im Nährwert iſt kaum ein Unterſchied, während die 2. Sorte, der ungeſchälte oder indiſche Reis, das alleinige, vollſtändige Nahrungsmittel darſtellt. Er iſt ſehr ergiebig.

Reis auf kaukaſiſche Art. ½ Kilo Reis, Salz, 125 Gramm Butter.

Man kocht in viel Waſſer den Reis 8 bis 13 Minuten, je nach Qualität des Reiſes. Billiger Reis braucht weniger Zeit, wie Karolinenreis. Man ſeiht ihn, nachdem man ein Korn verſucht hat; der innere Kern des Reiskornes muß noch feſt ſein. Man überſpült ihn kalt, nachdem man ihn abgegoſſen hat, und läßt ihn 1 Stunde gut abtropfen. Bei Gebrauch gibt man friſche Butter oder Öl in eine Kaſſerolle, läßt dieſe heiß werden und gibt den Reis hinein. Man gibt das nötige Salz und Butter darauf und dämpft ihn zugedeckt auf ſchwachem Feuer ½ Stunde. Man rührt den Reis nur mit einer Gabel oder einer Schaufel auf. Iſt er zu weich geraten, ſo bindet man um den Deckel ein Tuch, welches den Dampf auffängt.

Schalenreis oder indiſcher Reis. ¼ Kilo Reis, 200 Gramm Butter, Salz und Käſe.

Man wäſcht den Schalenreis gut, gibt ihn in viel kochendes Waſſer und kocht ihn weich ½ bis 1 Stunde. Bei Gebrauch wird er geſeiht, mit Butter und Käſe übergoſſen. Schalenreis braucht die doppelte Flüſſigkeitsmenge. Als Milchreis gibt man am Ende zum weich gekochten Reis Milch dazu.

Schalenreis im Dampftopf.

Um Schalenreis gut zu bereiten, gibt man ihn, nachdem er gut gewaſchen, in den Dampftopf mit zweimal ſo viel Waſſer als Reis. 4 Löffel Butter oder Öl und Salz. Man dämpft ihn ¾ Stunden und übergießt ihn beim Servieren mit geröſteten Zwiebeln oder Käſe und Butter.

Buchweizen iſt eine faſt unbekannte Brotfrucht, obwohl ſie im Rheinland gebaut wird. In Südtirol und Südrußland bildet ſie einen Hauptbeſtandteil der Ernährung. Vor 50 Jahren wurde auch Buchweizen in der Chiemſeegegend als

Nachfrucht gebaut. Die Körner ſind klein, dreieckig und braun und ähneln den Bucheckern. Buchweizen hat großen Nährwert und iſt von ausgezeichnetem Geſchmack. Die Verwendung in der Küche iſt als Grütze und Mehl.

Buchweizengrütze, Kaſcha genannt. ½ Kilo Buchweizengrütze, Salz, 200 Gramm Butter.

Man röſtet die Grütze auf einer eiſernen Pfanne ohne Fett über dem Feuer und rührt beſtändig (wie man Kaffee brennt). Man ſtellt einen irdenen Topf und eine Kanne heißes Waſſer bereit.

Iſt die Grütze gut heiß, gibt man ſie in den irdenen Topf, ſalzt und übergießt ſie mit heißem Waſſer. Man verrührt gut und gibt ſo viel Waſſer daran, daß es ½ Zentimeter hoch über die Grütze ſteht. Man bäckt ſie ¾ Stunden bei mäßiger Hitze im Rohr. Von Zeit zu Zeit legt man Butterflöckchen unter die Kruſte. Dieſe Speiſe iſt ein großer Teil der ruſſiſchen Volksnahrung. Sie wird mit ſaurem Rahm zur Gemüſeſuppe gereicht.

Mais iſt eine ſüdliche Brotfrucht, hat ſeine Heimat in Italien, wird aber auch bei uns gebaut. Er iſt ſehr nahrhaft, ſättigend und leicht verdaulich. In Amerika ſchätzt man Mais in jeder Form, in jungen, friſchen Kolben, als Polenta und als Flocken. Von Amerika kamen die erſten vollwertigen Präparate des trockenen Maiſes, corn flakes genannt. Dieſe ſind von unſchätzbarem Wert als Beigaben von Fruchtſalaten und Gemüſen.

Junger Mais in Kolben.

Man entblättert den Mais und nimmt den Bart ab. Man kocht die weichen zarten Kolben ½ Stunde in heißem Waſſer, gibt Salzlöſung daran und ſerviert ihn heiß auf einer Serviette. Man reicht friſche Butter dazu. Der Mais wird bei Tiſch von den Kolben genagt, weshalb dieſes Gericht beſonders für intimen Familienkreis paßt.

Polenta, Maismehl, iſt italieniſche Volksnahrung. Man kocht ¼ Kilo Polenta in ungefähr zweimal ſo viel Waſſer unter ſtändigem Rühren ¾ Stunden. Man ſalzt und ſticht mit einem in Fett getauchten Löffel große Nocken heraus, legt dieſe auf eine vorgewärmte Platte und übergießt ſie reichlich mit Butter und geriebenem Käſe. Zu Polenta gehört viel Fett und Käſe, da die Speiſe ſonſt rauh iſt. Man kann auch pikante Soßen von Tomaten uſw. dazu reichen.

Hirſe iſt eine kleine, unanſehnliche Frucht. Ihre Heimat iſt Böhmen, ſie wird aber auch im Rheinland gebaut. Sie iſt ſehr nahrhaft, geſund und leicht verdaulich und findet Verwendung in Mus und als Süßſpeiſe.

Hirſe als Grütze. ½ Kilo Hirſe, Salz, 125 Gramm Butter, Zwiebeln.

Man wäſcht die Hirſe, gibt ſie in eine enge Kaſſerolle und gießt ſie mit heißem Waſſer auf. Man ſalzt und verrührt die Hirſe gut, bis ſie durch und durch befeuchtet iſt, und gut zweifingerhoch Flüſſigkeit darüber ſteht. Man ſtellt ſie 1 Stunde bei mäßiger Hitze ins Rohr und bäckt ſie weich. Wenn die Hirſe gar iſt, rührt man ſie mit einer Gabel auf und gibt zerlaſſene Butter darunter. Beim Anrichten überſtreut man die Speiſe mit geröſteten Zwiebeln. Die Bereitung geſchieht am beſten in einem irdenen Gefäß, worin man die Grütze zu Tiſch gibt.

Gerſte.

Rollgerſte iſt in unſerer Heimat allgemein geſchätzt, bekannt und beliebt. Ihr Nährwert kommt den anderen Körnerfrüchten nicht gleich. Aus Gerſte bereitet man Suppen, außerdem kann man Speiſen mit Gemüſen und Rahm oder Dörrfrüchten daraus bereiten.

Z. B. Rollgerſte mit Butter gekocht, mit grünen Erbſen und Peterſilie, gibt ein gutes Gericht. Ebenſo Rollgerſte, gekocht mit Zwetſchgen oder Äpfeln, iſt einfach und geſund. Man kann verſchiedene Speiſen mit Gerſte komponieren unter Zugabe von Früchten, Butter und Rahm.

Hafer iſt ein ſehr leicht verdauliches und geſundes Nahrungsmittel. Es hat ſehr kräftigende und erhitzende Stoffe, weshalb Hafer gut gekocht und gut gekaut werden muß. Man reicht im Sommer weniger Hafergerichte, als im Winter.

Hafergrütze.

Wird genau ſo bereitet, wie Buchweizengrütze.

Haferflocken ſind ein allbekanntes, anerkanntes, wertvolles Nahrungsmittel. Im Rohzuſtande finden ſie Verwendung bei der allbekannten Diätſpeiſe.

Weizen iſt die edelſte Körnerfrucht. Man verwendet ſie täglich als Mehl in der Küche zu feinen Mehlſpeiſen, Gemüſen uſw. Auch das Brot wird aus feinem Weizenmehl bereitet. Bei dem weißen, feinen Mehl ſind die lebenswichtigen Stoffe ausgeſchieden, ſie werden als Kleie zu dem Abfall gerechnet. Ein vollwertiges Weizenmehl muß aus Schalen und den inneren Beſtandteilen eines Weizenkornes hergeſtellt werden. Wir haben dies in dem Voll- oder Schrotmehl (in den Reformhäuſern erhältlich), und verwenden es in der Küche mit weißem Mehl gemiſcht, wie 1 zu 3.

Weizenflocken.

Sind ein ganz vollwertiges Erzeugnis von großem Nährwert und leicht verdaulich. Sie werden als Zugabe zu Rohkoſt und Fruchtſalaten, aber auch zur Eindickung von Soßen verwendet. Weizenflocken, in Röllchen gepreßt, ſind eine Trockennahrung und werden zu den Zwiſchenmahlzeiten mit trockenen Früchten, wie Zwetſchgen, Sultaninen, gut gekaut. Sie ſind unter dem Namen Weiroh in den Reformhäuſern erhältlich. Man bereitet aus Weizenflocken, leicht angedämpft, Brätlinge und gibt ſie zu Gemüſen.

Korn iſt in unſerer Heimat, bedingt durch Boden und Klima, die Hauptnahrung. Sie iſt nur leider durch den Weizen vielfach verdrängt. Gutes Kornbrot, von vollwertigem Mehl hergeſtellt, iſt von unſchätzbarem Wert für unſere Volksgeſundheit. Es enthält die Hauptbeſtandteile für Zahn- und Knochenbildung. Es iſt ſättigend, nahrhaft und ſchwer verdaulich. Kornbrot muß gut gekaut werden, gibt mit Äpfel eine geſunde Zwiſchenmahlzeit. Die Brotbereitung ſollte mit möglichſt wenig Gärungsmitteln geſchehen; Hefe und Sauerteig zerſtören die lebenswichtigen Stoffe. Honig, Molken und Natron ſind als Triebmittel vorzuziehen. Trockenes Brot iſt geſünder, als friſches.

Eier (in der fleiſchloſen Küche)

Das Ei iſt ein tieriſches Produkt. Dr. Bircher und Gerſon ſagen, daß das Ei für den Menſchen und ſeinen Organismus etwas Fremdes iſt. Es gehört zur Ernährung des Vogelembrios. Wir Menſchen ſind durch lange Zeit an den Genuß des Eies gewöhnt und können es ſchwer entbehren, als Nahrungsmittel ſowohl auch als Genußmittel in der Küche. Es wird daher am beſten ſein, die Verwendung des Eies in der Küche wenigſtens ſo viel als möglich einzuſchränken. Vor allen Dingen kommen nur friſche, geſunde Eier in Betracht (Trinkeier). Auch müſſen wir in der Zuſammenſtellung der Speiſen den Ausgleich herbeiführen. Man wird ein Eigericht immer mit friſchem Grün als Salat oder in Püreeform ergänzen. Die Norm iſt pro Perſon 1 großes, friſches Ei pro Tag. Auch ſollte der Eigenuß zeitgemäß im Frühjahr bevorzugt werden. Die Hühner legen am beſten im Frühjahr, und die Natur bringt auch im Frühjahr alle aromatiſchen feinen Kräuter hervor. Es iſt alſo gleichſam die Zuſammenſtellung von der Natur gegeben.

Weiche Eier auf die geſündeſte Art.

Man legt die Eier in kochendes Waſſer, nimmt den Topf vom Feuer, laſſe das Ei einige Zeit im Waſſer liegen. Dieſes Ei behält alle wertvollen Nährſtoffe und iſt von großer Bekömmlichkeit.

Gefüllte Eier au gratin.

Man ſchält harte Eier, ſchneidet ſie in die Hälfte, nimmt das Eigelb heraus und vermiſcht es mit gewiegten feinen Kräutern, wie Zwiebeln, Peterſilie, Eſtragon, Salz, etwas Senf und Öl, eingeweichte, ausgedrückte Semmeln. Man füllt die Eier, gibt ſie in eine gebutterte Gratinform, legt die übrige Fülle dazwiſchen, beſtreut ſie mit Butterflöckchen und Semmelbröſeln, gratiniert ſie 15 Minuten im Rohr.

Ochſenaugen für Kranke.

Man gibt etwas Waſſer in die Pfanne, läßt es heiß werden und ſchlägt vorſichtig 1 oder 2 Eier hinein, wartet, bis das Weiße geſtockt iſt und ſpritzt mit einem Pinſel etwas Zitronenſaft, ſtatt Salz, darüber.

Ochſenaugen in Öl gebacken.

Man gibt in eine Pfanne viel Öl, ſo daß der Boden gut bedeckt iſt. Man läßt dies heiß werden und ſchlägt vorſichtig die Eier hinein. Man brät ſie raſch, ſchüttelt die Pfanne öfters und beſpritzt die Eier während des Bratens mit heißem Öl. Die Eier ſollen ſich ſchließen, das Weiße feſt und das Gelbe weich ſein. Man legt ſie auf Toaſtbrot, gibt ſie zu Gemüſen oder Tomatenſoße. Dieſe Speiſe iſt ſchwer verdaulich.

Spiegeleier mit feinen Kräutern.

Man macht Spiegeleier mit Butter. Wenn ſie fertig ſind, rührt man einige Löffel dicken Rahm mit fein gehackten Zwiebeln, Peterſilie, Schnittlauch und anderen Kräutern darunter, gießt es raſch über die Eier und läßt es anziehen.

Eier auf franzöſiſche Art.

Man gibt in eine Gratinform ein gutes Stück Butter, läßt es bräunen, gießt etwas Weißwein dazu. Man läßt dies aufkochen, ſchlägt die Eier vorſichtig hinein und ſalzt ſie etwas. Man kocht ſie auf kleinem Feuer und beobachtet, daß das Gelbe nicht hart wird. Beim Servieren brennt man die Eier mit glühender Schaufel.

Gebackene Eier in brauner Butter.

Man gibt reichlich Butter in eine Pfanne mit hohem Rand. Man läßt die Butter braun werden, hält die Pfanne etwas ſchief und ſchlägt vorſichtig 1 Ei hinein, ſchiebt es mit der Schaufel etwas zur Seite, ſo daß das Weiße über das Gelb zuſammenſchlägt. Man fährt fort, die anderen Eier hineinzuſchlagen und verfährt, wie beim erſten. Sobald das Ei fertig iſt, hebt man es vorſichtig mit dem Backlöffel heraus, gibt es auf eine erwärmte Platte. In die braune Butter gibt man noch etwas friſche Butter, läßt ſie bräunen, gibt Zitronenſaft und Peterſilie dazu und gießt ſie raſch über die Eier.

Eier nach Bettelmannart.

Man gibt in eine Pfanne ein gutes Stück Butter und legt Weißbrotwürfel darauf. Wenn die Butter eingezogen hat, ſchlägt man Eier darüber, läßt ſie ſteif werden, beſtreut ſie mit feinem Salz und etwas Paprika und ſerviert ſie zu grüner Kräuterſoße.

Eieromelette mit Spinat.

Man ſchlägt 3 Eier gut ab, gibt 1 Löffel Mehl und 1 gute Handvoll fein gewiegten, rohen Spinat kurz vor dem Backen darunter. In einer Pfanne mit heißer Butter gießt man die Omelette hinein und bäckt ſie vorſichtig. Beim Servieren belegt man ſie mit Butterflöckchen.

Eier, gebacken und gefüllt.

Man kocht Eier hart, ſchält ſie und teilt ſie der Länge nach entzwei, aber ſo, daß ſie noch zuſammenhängen. Man nimmt das Gelb vorſichtig heraus, vermiſcht es mit Öl, Salz, Peterſilie, Kapern und anderen feinen Kräutern. Man füllt die Fülle ſorgſam in die Eier, drückt ſie zuſammen und dreht ſie in ganz wenig Mehl um, bäckt ſie in heißer Butter hellgelb. Man ſerviert ſie auf gebackener Peterſilie.

Verlorene Eier.

In einer ziemlich flachen Kaſſerolle kocht man Salzwaſſer mit etwas Eſſig oder Zitronenſaft. Wenn das Waſſer gut kocht, ſchlägt man 1 friſches Ei in die kochende Stelle des Waſſers, zieht die Kaſſerolle vom Feuer, damit das Eiweiß Zeit zum Stocken hat. Iſt das Eigelb verdeckt, läßt man das Waſſer leicht weiter kochen, ungefähr 3 Minuten, hebt das Ei vorſichtig mit dem Backlöffel heraus und legt es in kaltes Waſſer. Man fährt ſo fort, bis alle Eier fertig ſind. Bei Gebrauch legt man die Eier zum Erwärmen in heißes Waſſer, läßt ſie aber nicht kochen. Man verwendet ſie zu Spinat, Sauerampfer, Tomatenſoße auf Toaſtbrot.

Omelette.

Über die Omelette ſind einige Worte zu ſagen. Die Omelette iſt eine ſehr einfache und ganz vorzügliche Speiſe. Man kann ſie ſehr gut und ſchnell auf die verſchiedenſte Art herſtellen, doch muß man ſich über den Charakter einer Omelette klar ſein. Sie ſoll nicht feſt und kompakt, ſondern luftig und leicht ſein. Sie darf aber auch nicht flüſſig ſein. Eine Omelette muß außen hellbraun und innen halb weich ſein. Sie verlangt zur Bereitung ziemlich viel Butter, die man am beſten in 2 Portionen verwendet, die erſte zum Backen, die zweite zum Unterſchieben, um die Omelette zu löſen und zuſammenzuſchlagen. Die Eier zur Bereitung der Omelette müſſen feſt verſchlagen werden, und dürfen vor Gebrauch nicht mehr ſtehen. Zum Füllen der Omeletten verwendet man Tomaten, Reis, Champignons, Kartoffeln, Zwiebeln uſw. Die Zutaten werden ſeparat in einer Pfanne gebraten oder gekocht, da die Omelette zu wenig Zeit braucht, als daß die Fülle fertig ſein könnte. Man füllt die Omelette, ſo lange ſie noch ein wenig weich iſt.

Omelette mit Tomaten.

Man ſchlägt 3 Eier in einen Topf und ſchlägt ſie 10 Minuten feſt ab, gießt ſie in eine Omelettenpfanne mit heißer Butter und wartet, bis ſie anfängt, zu ſtocken. Man nimmt eine Gabel und ſchiebt vorſichtig die Stellen, wo ſich die Eier am Boden der Pfanne angelegt haben, beiſeite, um der anderen Flüſſigkeit die Möglichkeit des Stockens zu geben. Man beachte, daß die Oberfläche noch ziemlich weich iſt, ſalzt die Omelette und ſchlägt ſie über folgendes zuſammen:

In einer kleinen Pfanne brät man 3 bis 4 dicke Tomatenſcheiben in Butter, gibt etwa Salz darauf und füllt damit die Omelette, ſchlägt dieſe zuſammen, ſchiebt ſie auf einen erwärmten Teller und beſtreut ſie mit Käſe.

Omelette mit Reis.

Die Omelette wird, wie vorhergehend, bereitet, mit gekochtem, in Butter geſchwenktem Reis gefüllt, mit feinen Kräutern beſtreut und ſerviert.

Omelette mit Champignons.

Wird, wie vorhergehend, bereitet, die Champignons blättrig geſchnitten, 10 Minuten in heißer Butter gedämpft, mit Zitronenſaft und Salz überſtreut und in die Omelette gefüllt.

Omelette mit Käſe.

Man ſtreicht eine Gratinform reichlich mit Butter aus, gibt eine dünne Lage Semmelbröſeln darauf, 3 gut verklopfte Eier, 1 Handvoll geriebenen Käſe. Man ſchlägt einige Eier darauf, beſtreut dieſe mit Käſe, etwas Salz, Muskat und Butterflöckchen und brät die Omelette bei leichter Hitze im Rohr. Will man die Omelette auf der Platte machen, ſo muß man eine Aſbeſtunterlage nehmen. Wenn die Eier geſtockt ſind, überbrät man das Gericht mit glühender Schaufel.

Einfache Omelette, gezuckert.

Man ſchlägt das Eigelb mit 20 Gramm Zucker, bis es weiß iſt, gibt nach und nach das Eiweiß dazu und ſchlägt es ſchaumig. Man gießt dieſe Maſſe in eine Pfanne mit heißer Butter und bäckt ſie, wie Omelette ſoufflé. Man parfümiert ſie entweder mit Zitrone, Orange, Vanille bei der Bereitung, oder füllt ſie nach dem Backen mit Marmelade von Aprikoſen, Johannisbeeren und dergleichen, klappt ſie zuſammen und ſerviert ſie als Omelette und Konfitüre.

Omelette mit friſchen Früchten.

Man ſchlägt 3 Eier, wie zur Bereitung einer gewöhnlichen Omelette, feſt ab, gibt ſie in eine Pfanne mit heißer Butter und behandelt ſie mit der Gabel, wie beſchrieben bei Omelette mit Tomaten. Man füllt ſie mit 1 Handvoll entſteinten, in Butter gebratenen Kirſchen oder Zwetſchgen, ſchlägt ſie zuſammen, gibt ſie auf eine vorgewärmte Platte, überſtreut ſie mit Zucker, übergießt ſie mit Rum und bringt ſie brennend zu Tiſch.

Mehlſpeiſen und Süßſpeiſen (in der fleiſchloſen Küche)

Die neuzeitliche Küche legt keinen ſo großen Wert auf Mehlſpeiſen, wie wir ſie bis jetzt in unſerer Küche bereitet haben. Sie kommen für uns nur in Betracht, in Verbindung mit vollwertigen Nahrungsmitteln, wie Mandeln, Datteln, Feigen, Nüſſen, friſchen und getrockneten Früchten, Beeren, Quark und Rahm. Der Zuſammenſtellung von Mehl unter reichlicher Zugabe von Eiern iſt die neue Küche abhold. Allein, es ſollten damit nicht die guten und althergebrachten Gerichte geſchmäht werden, aber die Hausfrauen werden gewiß Mittel und Wege finden, die Mehlſpeiſen neuzeitlich umzugeſtalten. Vor allen Dingen weniger Zucker und Eier, und einen Teil vollwertiges Mehl dazu verwenden. Wir können die Mehlſpeiſen nicht ganz entbehren, ſie ſind ein wichtiger Faktor in Ernährung und Küche. Das feine, weiße Mehl jedoch verkleiſtert Magen und Darm, macht die Adern brüchig, iſt beſonders ſchwer verdaulich in Verbindung mit Fett. Feine Kuchen und Mehlſpeiſen ſollte man erſt 2 bis 3 Stunden nach der Mahlzeit zu ſich nehmen, da ſie ſonſt Verdauungsſtörungen verurſachen.

Reformauflauf. 200 Gramm Weizenflocken, 3 große, ſäuerliche Äpfel, 100 Gr. Mandeln, 100 Gramm Sultaninen, 150 Gramm Zucker, 100 Gramm Butter, 1 Ei, ½ Liter Milch.

Die Äpfel werden geraſſelt, die Mandeln gerieben. In eine gut gebutterte Gratinform gibt man lagenweiſe Weizenflocken, Äpfel, Mandeln, Sultaninen, Zucker und fährt ſo fort. Man belegt die Speiſe mit Butterflöckchen, übergießt ſie mit Milch und Rahm. Man bäckt ſie ½ Stunde im Rohr.

Apfelreis. 375 Gramm Schalenreis, 1 Zitrone, Ingwer, Salz, 1 Kilo ſäuerliche Äpfel, 125 Gramm Butter, 200 Gramm Zucker.

Man wäſcht den Reis gut und bringt ihn mit 1 Liter Waſſer in einer hohen Kaſſerolle zum Kochen. Man hält heißes Waſſer zum Nachgeben bereit. Iſt der Reis weich, gibt man etwas Salz, Butter, Ingwerpulver und den Saft 1 Zitrone dazu. Die Äpfel werden ungeſchält in Spalten geſchnitten, in Butter gebraten, in den Reis gegeben und alles zuſammen ¼ Stunde gekocht. Man hebt das Gericht leicht durcheinander und richtet es in einer tiefen Schüſſel an. Man beſtreut es dick mit Zucker und brennt es mit glühender Schaufel zu Karamel. Es iſt ein ſehr ſchmackhaftes, pikantes und geſundes Gericht.

Hirſewürſteln. ½ Kilo Hirſe, 1½ Liter Milch, 125 Gramm Zucker, 2 Eier, 125 Gramm Semmelbröſeln, 1 Liter Öl, Frucht- oder Weinſoße.

Man wäſcht die Hirſe, ſtellt ſie in kalter Milch aufs Feuer und kocht ſie langſam unter öfterem Rühren auf. Wenn die Hirſe weich iſt, gibt man Zitronenſchale und Zucker dazu und ſtreut die Maſſe 3 Zentimeter hoch auf ein naſſes Brett. Iſt die Hirſe kalt, ſo ſchneidet man fingerlang 3 Zentimeter breite Schnitten, dreht ſie in Ei und Bröſeln und bäckt ſie in heißem Öl goldgelb. Man reicht kalte Fruchtſoße oder Weincreme dazu.

Buchweizengrütze in Milch. ½ Kilo Buchweizengrütze, 1½ Liter Milch, Salz, Butter.

Man kocht Buchweizengrütze in der Milch, rührt, ſalzt und kocht dies auf gelindem Feuer ½ Stunde. Iſt die Grütze weich, übergießt man ſie reichlich mit zerlaſſener Butter und ſerviert ſie.

Es iſt ein Volksgericht, das in Steiermark und Südtirol gegeſſen wird.

Polentaküchl. ¼ Kilo Polenta, ¾ Liter Milch, Zucker, Zitronenſchale, 1 Liter Öl, 2 Eier, 125 Gramm Bröſeln, Aprikoſenmarmelade.

Man macht ein dickes Polentamus (wie Grießmus), gibt Zucker und Zitronenſchale als Geſchmack dazu und kocht es unter beſtändigem Rühren, bis es fein iſt. Auf ein naſſes Brett ſtreicht man die Maſſe 2 Zentimeter hoch auf und läßt ſie 2 bis 3 Stunden auskühlen. Man ſticht mit einem Krapfenſtecher Plätzchen aus, füllt ſie mit Aprikoſenmarmelade und legt ſie aufeinander. Man dreht ſie in Ei und Bröſeln und bäckt ſie in heißem Öl hellgelb. Beim Servieren kann man die Speiſe mit Zimt und Zucker überſtreuen.

Dattelkuchen. 130 Gramm Zucker, 130 Gramm Mandeln, 130 Gramm Datteln, 4 Eier und Vanille.

Der Zucker wird reichlich mit Vanille gemiſcht und mit dem Eigelb ½ Stunde gerührt. Man gibt die abgezogenen und geriebenen Mandeln und länglich geſchnittene Datteln, Schnee von 4 Eiern dazu und füllt die Maſſe in eine gebutterte, ausgebröſelte Kuchenform; man bäckt ſie ½ Stunde bei mäßiger Hitze.

Reformzwieback. 4 Eier, 150 Gramm Zucker, Schale 1 Zitrone, 200 Gramm Reformmehl, 5 Eßlöffel Öl.

Man ſchlägt den Schnee von 4 Eiweiß und rührt ihn langſam mit Zugabe von dem Eigelb. Man gibt löffelweiſe den Zucker, etwas Zitronenſchale dazu, rührt die Maſſe gut ſchaumig und gibt nach und nach das Mehl hinein. Das Öl gibt man löffelweiſe in die ſchaumige Maſſe und fährt fort; zu rühren. Man bäckt den Zwieback in gut gebutterter, geſtaubter Kaſtenform bei mäßiger Hitze.

Früchte (in der fleiſchloſen Küche)

Zitrone

iſt eine Frucht, die für uns unentbehrlich geworden iſt. Sie iſt außerordentlich geſund, von köſtlichem Aroma und feinem Geſchmack. Ihre Verwendung iſt zu Marinaden und Gemüſen, bei Früchten und Salaten. Auch iſt ſie von großer Heilwirkung (Zitronenkur).

Orange

iſt eine ſehr geſunde und wohlſchmeckende Frucht, hauptſächlich geeignet, allein genoſſen zu werden. Orangenſaft iſt für Kranke und Geſunde unentbehrlich. Man verwendet ſie vielfach zu Salaten und Kaltſchalen.

Apfel

iſt für die Menſchheit eine der wichtigſten Früchte. Er hat viel Nährſtoffe und Vitamine. Der Apfel ſollte immer mit Schale und Kerngehäuſe genoſſen werden, weil gerade darin die Nährſtoffe enthalten ſind. Der einheimiſche Apfel iſt dem ausländiſchen vorzuziehen. Wenn auch nicht ſo ſchön und groß, ſo iſt er durch das Ausreifen am Baum beſſer von Geſchmack. In luftigen Kellern gelagert, hat man das ganze Jahr geſundes Obſt. So man keinen Keller hat, kann man auch Äpfel in Körben, zwiſchen friſchem Stroh, am Speicher lagern und bei ſtarker Kälte mit einer Decke gegen Froſt ſchützen. Der Apfel eignet ſich gut als Beigabe zu Gemüſeſalaten, auch in Verbindung mit Molkereierzeugniſſen, wie Topfen und Rahm, oder mit Körnerfrüchten, wie Flocken von Reis, Mais und Weizen. Immer iſt der Apfel bei den Früchten der Grundpfeiler in der Ernährung.

Melone.

iſt eine ſehr gute Tafelfrucht mit viel Aroma. Eignet ſich zum Roheſſen, wird aber auch in feinen Schnittchen, mit Zitrone und Honig mariniert, als Salat gegeſſen. Melone hat eine ſtark ausſcheidende Wirkung und iſt ſehr geſund.

Himbeere

iſt von ganz beſonders feinem Geſchmack und Aroma. Sie eignet ſich zu allen Fruchtſalaten und beſonders zur Saftbereitung. Iſt kühlend für Kranke. Beſonders gut mit Schlagſahne (Schlagrahm) zu eſſen.

Stachelbeere.

Reife Stachelbeeren ſind köſtliche Frühſtücksfrüchte. Haben eine ſtark ausſcheidende Wirkung, eignen ſich ſehr gut zu Diätſpeiſen mit Haferflocken.

Walderdbeeren und Gartenerdbeeren

ſind von ſtarkem Aroma und haben eine reinigende Wirkung für den Körper. Walderdbeeren ſind am beſten roh mit oder ohne Sahne (Rahm) zu verwenden, werden jedoch bei ſtarker Überſäuerung nicht vertragen. Gartenerdbeeren ſind nicht ſo ſtark in ihrer Wirkung, daher leichter verdaulich. Man verwendet die Erdbeeren zu allen Fruchtſalaten, Bowlen, Eiscreme und Kaltſchalen. Die Saftbereitung aus Erdbeeren iſt für den Winter ſehr wichtig. Getrocknete Walderdbeerenblätter als Tee ſind ein ausgezeichnetes Mittel gegen Schlafloſigkeit.

Heidelbeeren

ſind unſcheinbare Früchte, aber von außerordentlich reinigender Wirkung. Eignen ſich gut zum Roheſſen und zur Selbſtbereitung. (Beſonders zu empfehlen des reinen Fruchtgeſchmacks und großen Nährwerts wegen ſind die Fruchtſäfte der Genoſſenſchaft „Wolfra“ für gärungsloſe Früchteverwertung in Wolfratshauſen, Obb.).

Erdbeer-Kaltſchale. ¾ Kilo Erdbeeren, 100 Gramm Zucker, 1 Zitrone, 100 Gr. Mandeln, ¼ Liter Schlagrahm.

Schöne reife Früchte verlieſt man, gibt die eine Hälfte zur Seite, zerdrückt die andere Hälfte mit Zucker mittels einer Silbergabel zu feinem Mus, verrührt es gut, würzt es mit Zitronenſaft und gibt es in eine tiefe Glasſchüſſel. Beſtreut es mit geriebenen Mandeln, gibt den geſchlagenen Rahm darüber und die guten Erdbeeren darauf.

Erdbeer-Kaltſchale mit Flocken oder Zwieback. ¾ Kilo Erdbeeren, 200 Gramm Zucker, 1 Liter alkoholfreier Weißwein, Puffreis oder Weizenflocken.

Man zerdrückt reife Erdbeeren mit Zucker, übergießt ſie mit alkoholfreiem Weißwein und läßt ſie ziehen. Beim Servieren ſtreut man Puffreis oder Weizenflocken darüber.

Dreifrucht-Kaltſchale mit Rahm. ¼ Liter Apfelſaft, ¼ Liter ſüßen Rahm, 100 Gramm Zucker, 2 Äpfel, 3 Bananen, 3 Orangen, Nüſſe, Flocken.

Man nimmt zu gleichen Teilen den Apfelſaft und ſüßen Rahm, ſchlägt dies mit dem Zucker gut ab und miſcht es mit den Früchten. Die Früchte ſollen in feine Scheibchen geſchnitten ſein, die Äpfel mit der Schale geſchnitzelt. Man hebt die Früchte leicht durcheinander und beſtreut ſie mit geriebenen Nüſſen und Flocken.

Kirſchen-Kaltſchale. ½ Kilo Schwarzkirchen, ¼ Kilo Sauerkirſchen, ¼ Liter Rahm, 200 Gramm Zucker und Nüſſe.

Die Kirſchen werden entſteint durch die Maſchine gegeben, mit dem Rahm geſchlagen, bis ſie dick ſind. Mit Nüſſen beſtreut, mit Nährzwieback ſerviert.

Früchteſoßen.

Reineclaudenſoßen. ½ Kilo Reineclauden, ½ Liter Rahm.

Schöne reife Reineclauden werden entſteint durch die Maſchine gegeben und mit dem Rahmſchaume geſchlagen. Man reicht die Soße zu Pudding oder Grütze.

Melonenſoße. ¼ Kilo Melonen, Saft 1 Zitrone, ½ Liter Rahm.

Die Melone wird durch die Maſchine gegeben, mit der Zitrone gut geſchlagen und nach und nach der ſüße Rahm dazugegeben.

Früchteſoßen von getrockneten Früchten.

Aprikoſenſoße. 125 Gramm Aprikoſen, ⅛ Liter Rahm und 100 Gramm Zucker.

Die getrockneten Früchte werden gut gewaſchen und 12 Stunden vorgeweicht, durch die Maſchine gegeben, mit dem Einweichwaſſer und Zucker feſt geſchlagen und nach und nach der ſüße Rahm dazugemiſcht.

Pflaumenſoße. ¼ Kilo Pflaumen, ½ Zitrone, 100 Gramm Zucker, ⅛ Liter Weißwein, 1 Meſſerſpitze Zimt.

Die Pflaumen werden gut gewaſchen und 12 Stunden vorgeweicht, durch die Maſchine gegeben, mit dem Einweichwaſſer und Zitronenſaft, Zimt, Weißwein feſt geſchlagen.

Müsli. (Für 1 Perſon.) 1 Eßlöffel Haferflocken, 3 Eßlöffel Waſſer, ½ Zitrone, 1 Löffel kondenſierte Milch oder Honig, 1 Apfel, einige Nüſſe.

Man weicht die Haferflocken mit Waſſer über Nacht ein, des Morgens gibt man den Saft ½ Zitrone, etwas Milch und Honig daran und ſchlägt dies mit einem Schneebeſen ſchaumig. Man raffelt einen gut gereinigten Apfel mit Schalen und Kerngehäuſe und gibt ihn ſofort zu dem Haferbrei. Man ſchlägt noch einige Minuten die Maſſe. Über das Gericht ſtreut man geriebene Nüſſe oder Mandeln. Man reicht hierzu kalte oder warme Milch oder Tee mit Vollkornbrot und Butter. Dieſe vollwertige Speiſe wird als Frühſtück oder Abendmahlzeit gereicht. Das Birchermüsli wird zu jeder Jahreszeit mit der entſprechenden Tagesfrucht bereitet. Man verwende Beeren, Pfirſiche, Zwetſchgen uſw. dazu. Im Winter zu den Äpfeln auch eingeweichte Dörrfrüchte.

Getrocknete Früchte.

Feigen, Datteln, Korinthen, Roſinen, Sultaninen, Aprikoſen und Pflaumen ſind eine gute Beigabe zu allen Diätſpeiſen. Sie können aber auch als Zwiſchenmahlzeiten gegeben werden. Man muß ſie in lauwarmem Waſſer gut waſchen. Als alleinige Mahlzeit reicht man ſie als Kompott oder Salat und weicht ſie zu dieſem Zwecke 12 bis 24 Stunden in kaltem Waſſer ein. Man gibt ſie mit Nüſſen und Brot oder Flocken.

Fruchtſalat von trockenen Früchten.

Die Früchte werden gut gewaſchen und eingeweicht. Man nimmt am beſten drei Sorten wie Pflaumen, Aprikoſen und Feigen. Wenn ſie weich ſind, gibt man ſie durch die Maſchine und ſchlägt ſie mit dem Schneebeſen unter Zugabe des Fruchtwaſſers zu einem nicht zu dicken Brei. Will man den Salat reichlich geſtalten, kann man ſtatt des Fruchtwaſſers Rahm zum Abſchlagen nehmen. Man überſtreut die Speiſe mit Nüſſen und reicht ſie mit Brot und Butter.

Nüſſe.

Walnüſſe, Haſelnüſſe, Kokosnüſſe, Paranüſſe, Erdnüſſe, Mandeln und Pinienkerne kann man zu allen Gemüſe- und Obſtplatten nehmen. Man gibt ſie in geriebener oder ganzer Form. Sie müſſen gut gekaut werden, um bekömmlich zu ſein.

Fruchteis, Fruchtſchaum, Fruchtgelee.

Erdbeereiscreme. (Für 10 bis 12 Perſonen.) 1 Liter Milch, 4 ganze Eier, ½ Liter Schlagrahm, 200 Gramm Zucker, 1 Kilo friſche Erdbeeren oder 1 Kilo Konſerven.

Die Milch und die ganzen Eier werden mit dem Zucker in einem Waſſerbade ununterbrochen geſchlagen, bis die Maſſe gebunden iſt. Man nimmt ſie vom Feuer, gießt ſie in eine tiefe Schüſſel und fährt fort zu ſchlagen, bis ſie überkühlt iſt. Man vermengt ſie mit dem ½ Liter Rahm und den Erdbeeren, rührt alles gut durcheinander und gibt ſie ſogleich in die gut vorbereitete Eismaſchine. Man dreht ½ Stunde, bis das Eis feſt iſt, nimmt die Spachtel heraus, ſchiebt das Eis feſt zuſammen und verſchließt es gut, überdeckt es mit Eis (die Öffnung mit einem Kork) und läßt es bis zum Gebrauch ſtehen. Bei Gebrauch ſtürzt man es auf eine Glasplatte, ziert es mit Schlagrahm oder man gibt kleine Portionen mit einem Eisformer auf Glasteller.

Erdbeer-Bananencreme. ½ Kilo Erdbeeren, 4 Bananen, ½ Liter Schlagrahm.

Die Bananen ſchneidet man in Scheibchen und zerdrückt ſie mit einigen Erdbeeren mittels einer Silbergabel. Man miſcht den feſt geſchlagenen Rahm darunter und überſtreut den gehäuften Schaum mit den übrigen Erdbeeren.

Bananenrahm. 6 Bananen, ½ Liter Rahm und ½ Zitrone.

Die Bananen werden zerdrückt, mit Zitronenſaft geträufelt, feſt vermengt und mit ¼ Liter Rahm nach und nach zu Schaum geſchlagen. Der übrige Rahm wird feſt geſchlagen und die Speiſe damit verziert.

Fruchtgelee.

Man ſtellt ein gutes Gelee für Kinder und Kranke aus Früchten und Kartoffelmehl zuſammen, indem man die Fruchtſäfte wie Orangen, Zitronen, Himbeeren, Brombeeren uſw. nur bis zum Kochen erhitzt und ſie dann mit aufgelöſtem Kartoffelmehl eindickt. Das Kartoffelmehl verliert beim Kochen die gelierende Kraft und darf daher nur ſo lange gerührt werden, bis es dick iſt, da es ſonſt ſofort wieder flüſſig wird. Man verwende nur Knorrs Kartoffelmehl dazu. Die Speiſe wird in einer flachen Porzellanſchüſſel ſerviert, wo ſie kochend hineingegeben wird, man kann ſie nicht ſtürzen. — ¾ Liter Flüſſigkeit — 3 Löffel Kartoffelmehl.

Orangengelee. 6 Orangen, 2 Zitronen, etwas Waſſer und Zucker, ſo daß es ¾ Liter macht, 3 Löffel Kartoffelmehl.

Orangen und Zitronen werden ausgepreßt, der Zucker und etwas Waſſer dazu gegeben und die Flüſſigkeit bis zum Kochen erhitzt. Man rührt das Teigerl von Kartoffelmehl und Waſſer raſch ein und fährt fort zu rühren, bis die Maſſe dicklich wird. Man zieht das Gelee ſofort vom Feuer weg und gießt es in eine flache Porzellanſchüſſel, läßt es auskühlen (1 bis 2 Stunden), ziert es mit Schlagrahm und Makronen und gibt es als Nachſpeiſe. Für Kranke und Kinder gibt man einfache friſche Milch (ſüße Milch) dazu.

Getränke (in der fleiſchloſen Küche)

Von den Getränken kommen bei der neuen Ernährung in erſter Linie alle gärungsfreien Fruchtſäfte in Betracht; ſie ſind ſo hergeſtellt, daß die lebenswichtigen Stoffe weder durch Hefe noch durch ſtarkes Erhitzen vernichtet ſind. Die Säfte ſind gleich flüſſigem Obſt. Man genießt ſie in den Zwiſchenmahlzeiten morgens oder abends mit Zwiebacken, Flocken oder Rahm. Man verwendet ſie auch zur Herſtellung von Fruchtſoßen und Gelees, aber erhitze ſie nur bis zum Kochen.

Milch.

Milch iſt ein Getränk, dem man bisher zu viel Wert beigemeſſen hat. Milch iſt außerordentlich geſund für Kinder und hat nur vollen Nährwert von geſunden Weidetieren.

Yoghurt.

Iſt außerordentlich geſund. Man reicht es mit Flocken und Früchten.

Milch mit Orangen- oder Zitronenſaft.

Wird als ſommerliches Frühſtücksgetränk gereicht. Man gibt in ein Glas friſche Milch den Saft ½ Zitrone und ſchlägt, bis es fein gerinnt. Bei Orangenmilch nimmt man den Saft 1 Orange und verfährt wie vorhergehend.

Meerrettich-Knoblauch-Kräutermilch.

Bereitet man mit den fein gemachten Zutaten und läßt die Milch ½ Stunde an warmem Orte ziehen. Es ſind dies meiſt Getränke für Kurzwecke. Man achte darauf, die Getränke nüchtern oder vor Tiſch zu nehmen, ebenſo wie die Gemüſeſäfte.

Mandelmilch.

Man nimmt 125 Gramm geriebene geſchälte Mandeln, befeuchtet ſie mit etwas Waſſer und zerdrückt ſie in einer flachen Schüſſel mit dem Paſſierholz, bis ſie breiig ſind. Man übergießt ſie mit gut 3/10 Liter Waſſer und läßt ſie 2 bis 3 Stunden ſtehen. Bei Gebrauch ſeiht man das Getränk und gibt etwas Zucker oder Honig daran. Es iſt kühlend und nahrhaft und eignet ſich beſonders für Gliederkranke.

Mandelmilch aus Nuxo-Präparat. (In Reformhäuſern erhältlich.)

Man rührt 1 Löffel Mandelmus mit etwas Waſſer glatt, füllt nach und läßt das Getränk etwas ſtehen.

Hagebuttentee.

Man gibt 2 Löffel Hagebuttenkörner in ½ Liter kaltes Waſſer und läßt es ½ Stunde langſam kochen. Vor Gebrauch gibt man 1 Löffel kaltes Waſſer daran, ſeiht den Tee und ſerviert ihn.

Hagebuttenlimonade.

Bereitet man wie vorhergehend, gibt etwas Zucker und Zitronenſaft am Schluß dazu und kühlt die Limonade.

Orangenlimonade.

Man preßt den Saft von 2 Orangen, ½ Zitrone, gibt etwas Waſſer und Zucker oder Honig dazu.

Kamillen-, Pfefferminz-, Lindenblüten-, Brombeerblättertee.

Eignen ſich gut als Frühſtücks- oder Abendgetränk.

Waldmeiſterbowle.

Man nimmt 2 Bündel Waldmeiſter, ſucht ihn gut aus, ſchneidet die Wurzeln ab und überſpült ihn mit kaltem Waſſer. Man legt den Waldmeiſter in eine Glasſchüſſel, gibt 1 Orange mit den Schalen in Scheiben geſchnitten, einige Erdbeerblätter und einige Löffel Zucker (beſſer wenig als zu viel) dazu und übergießt das Ganze mit 1 Liter Apfelſaft. Man ſtellt die Bowle 2 Stunden zugedeckt an einen kühlen Ort. Beim Servieren nimmt man das Waldmeiſterkraut heraus, ebenſo die Orangen und läßt nur ganz wenig grüne Blättchen darin. Will man die Bowle prickelnd haben, ſo gibt man etwas Mineralwaſſer dazu.

Die einheimiſchen Würzmittel

Ihre Anwendung in der Küche

Die Bedeutung der einheimiſchen Würzmittel wurde ſchon ſehr früh erkannt; der Anbau iſt bereits von Karl dem Großen anempfohlen worden. Als der Handel mit ausländiſchen Gewürzen zu Anſehen kam, vergaß man den feinen Geſchmack unſerer inländiſchen Gewürze. Man verwendete ſie zwar noch, aber die Geſchmackswirkung wurde durch zu große Pfeffergaben nichtig gemacht. Ein Kochbuch „Wie man in Berlin zur Zeit der Königin Luiſe kochte", das von F. C. Fontane nach 1795 niedergeſchriebenen Aufzeichnungen zuſammengeſtellt wurde, läßt kaum etwas von Verwendung der Küchenkräuter erkennen. Die franzöſiſche Küche ſchien ſinnvoller gewürzt zu haben. Der feine Geſchmack der Kräuter ſchien beſſer ausgewertet worden zu ſein. In alten franzöſiſchen Rezepten kamen namentlich für Fleiſch- und Eierſpeiſen Bohnenkraut, Thymian, Salbei, Majoran, Hahnentritt, Minze zur Verwendung, ſeltener dafür Pfeffer, Nelken und Muskat. Recht intereſſant iſt bezüglich Würzen ein 1843 erſchienenes bayeriſches Kochbuch, in dem die Verfaſſerin Rezepte zuſammenſtellte, die namentlich mit Knoblauch, Baſilikum, Wacholder, Majoran, Thymian, Rosmarin gewürzt ſind. Auch hier iſt wenig Pfeffer zu finden.

Der diätetiſche Wert der einheimiſchen Würzmittel iſt gleichbedeutend mit dem Wert der Gewürze überhaupt. Dadurch, daß ſie die Speiſen ſchmackhaft geſtalten, regen ſie den Appetit an und fördern die Verdauung. Weſentlich iſt ferner, daß uns eine große Anzahl von einheimiſchen Würzmitteln zur Verfügung ſtehen, ſo daß unſere Nahrung durch dieſe verſchiedenen Kräuter oder durch die verſchiedenſten Miſchungen immer neu variiert werden könnte. Eine Gewöhnung an einzelne Kräuter fiele ſomit weg. Auf Geſchmacksnerven und Verdauungsorgane werden immer neue Reize ausgeübt, eine Verſchärfung der Reize wäre unnötig. Dazu kommt, daß alle uns zur Verfügung ſtehenden Kräuter unſchädlich ſind. Sinnvolle Verwendung der Kräuter erſetzt weiteſtgehend die ſcharfen, ſchädigenden Gewürze, ſie macht die Speiſen ſogar aromatiſcher. Einige Gewürze eignen ſich beſonders als Salzſparer. Zwiebeln und Schnittlauch ſind hier zu nennen. Aber auch die anderen Kräuter verhelfen das Kochſalz verringern.

Im folgenden ſollen nun die einheimiſchen Gewürze behandelt und über Eigenart, Verwendung und Aufbewahrung derſelben geſprochen werden.

Zwiebeln.

In der Zwiebel ſind verſchiedene Sulfide enthalten, die den typiſchen Geruch und Geſchmack verurſachen. Sie iſt ein ſtarkes Reizmittel für die Schleimhäute. Die aufſteigenden ätheriſchen Öle erregen ſchon beim Schneiden Tränenbildung. Außerordentlich ſtark iſt der Reiz der rohen Zwiebeln auf die Schleimhäute des Mundes und des Rachens, der ſich auch auf Magen und Darm ausdehnt. Die Zwiebel kann als ſtarker Säurelocker bezeichnet werden. Folgendes Beiſpiel dient als Beweis (entnommen aus: Ernährung des Menſchen von Keſtner und Knipping):

Kartoffeln ohne Zuſatz verweilen 150 Minuten im Magen. 417 Kubikzentimeter Saft werden dabei erzeugt.

Würzſtoffverwendung bei Eierſpeiſen.

Würzſtoffe		Beſonders über Friſchverwendung	Menge	Beſonders über Trockenverwendung
allein	zu Miſchungen			
Schnittlauch	Schnittlauch	fein geſchnitten	in großen Mengen	kommt nicht in Betracht
	Peterſilie	fein gewiegt, ſehr aromatiſch	in großen Mengen	getrocknet nur kleine Mengen verwenden
Kerbel	Kerbel	fein gewiegt	allein große Mengen, Miſchung kl. Mengen	kommt nicht in Betracht
Dill	Dill	fein gewiegt, ſehr aromatiſch	kleinſte Mengen	nicht geeignet
Liebſtöckel	Liebſtöckel	ſehr fein gewiegt, nur für Eierſpeiſen mit Fleiſch, ſonſt Geſchmack zu kräftig	kleinſte Mengen	nicht geeignet
	Eſtragon	in Verbindung mit Schnittlauch und Peterſilie	kleinſte Mengen	nicht geeignet
Baſilikum	Baſilikum	ſehr fein gewiegt, beſonders aromatiſch	kleinſte Mengen	in kleinſten Mengen geeignet
	Bohnenkraut	ſehr fein gewiegt, nur für Eierſpeiſen mit Fleiſch, ſonſt Geſchmack zu kräftig	kleinſte Mengen	nicht geeignet
	Zwiebel	gerieben nur zu Eiertunken	kleinſte Mengen	nicht geeignet

Würzſtoffverwendung bei Fleiſchſpeiſen.

alle bei Miſchungen angegebenen Kräuter ſind auch allein verwendbar; der gute volle Geſchm. wird erſt durch Miſchung bewerkſtelligt.	Liebſtöckel	im ganzen oder gewiegt zu allen Speiſen verwendbar und unentbehrlich	in großen Mengen	geeignet
	Peterſilie	im ganzen oder gewiegt zu allen Speiſen verwendbar und unentbehrlich	in großen Mengen	geeignet

Eſtragon	beſonders zu Sauerfleiſch und Gulaſch geeignet	in kleinen Mengen	in Miſchung ſehr geeignet
Zitronenmeliſſe	beſonders zu Sauerfleiſch und Gulaſch geeignet	in kleinen Mengen	in Miſchung ſehr geeignet
Bohnenkraut	zu allen Fleiſchgerichten, die ſcharf ſchmecken ſollen, als Pfeffererſatz ſehr geeignet — zu Bohnen	in kleinen Mengen	in Miſchung ſehr geeignet
Majoran	Verwendung individuell, gut zu Fleiſchteigen, Leberſpeiſen und Würſten	kleinſte Mengen	geröſtet zu Würſten ſehr geeignet
Dill	ſehr aromatiſch zu allen Speiſen	kleinſte Mengen	in Miſchung geeignet
Schnittlauch	geeignet zu Fleiſchteigen	große Mengen	nicht geeignet
Selleriegrün	ganz oder gewiegt zu allen Speiſen ausgezeichnet	kleine Mengen	ſehr zu empfehlen, beſonders zu Fleiſchſpeiſen
Knoblauch	Verwendung individuell, zu Braten ſehr geeignet, geröſtet viel angenehmer	kleinſte Mengen	
Zwiebel	zu allen Speiſen unentbehrlich, geröſtet, aromatiſch	in großen Mengen	
Beifuß	im ganzen beſonders zu Fettbraten	kleinſte Mengen	ebenſo gut wie friſch zu verwenden
Baſilikum	hervorragend zu Soßen und Fleiſchteigen, im ganzen auch zu Braten	kleine Mengen	in Miſchung ſehr geeignet

Fleiſch mit Zuſatz von rohen Zwiebeln verweilt 270 bis 330 Minuten im Magen. 566 Kubikzentimeter Saft werden dabei erzeugt.

Die Zwiebel trägt alſo zur beſſeren Ausnützung der Speiſen bei. Durch eine günſtige küchentechniſche Behandlung kann ihre unangenehme, ſtark reizende Wirkung, die ſich auf die Schleimhäute ausübt, genommen werden. Beim Dünſten und Röſten geht der größte Teil der reizenden ätheriſchen Öle verloren, und angenehme Aromaſtoffe entſtehen. Dieſe tragen zur allgemeinen Beliebtheit der Zwiebeln bei.

Zwiebel läßt ſich zu allen ſalzigen Gerichten verwenden, ſie iſt unentbehrlich bei Fleiſchſpeiſen, bei Suppen und Gemüſen. Die zu verwendende Menge richtet ſich ganz nach dem individuellen Geſchmack. Allgemein kann geſagt werden, daß ſie roh in geriebenem Zuſtand und nur in kleinen Mengen zur Verwendung kommen ſoll, während ſie gekocht oder gedünſtet in größerer Menge und klein geſchnitten verwendet werden kann. Größere Zwiebelgaben an Speiſen ermöglichen kleinere Kochſalzmengen. An Zwiebelarten ſtehen uns die Schalotten und die einfachen Küchenzwiebeln zur Verfügung. Erſtere iſt außerordentlich wohlſchmeckend und mild. Ihr Aroma iſt fein, weshalb ſie auch zu allen feinen Soßen in unſeren guten, alten Rezepten empfohlen wird. Allerdings iſt ſie im Preiſe ſehr hoch; dieſer beträgt etwa das Vierfache des Preiſes der Küchenzwiebeln, die ſchärfer und aufdringlicher im Geſchmack ſind. Die Küche muß das berückſichtigen, indem ſie durch zweckentſprechende Behandlung und richtige Doſierung ihren geſchmacklichen Wert hebt.

Beide Zwiebelarten müſſen im getrockneten Zuſtand an einem luftigen und trockenen Ort, am beſten in einem poröſen Sack in der Speiſekammer hängend, aufbewahrt werden.

Knoblauch.

Der Knoblauch gehört zu den Zwiebelgewächſen. Er iſt in unſeren Gegenden noch nicht ſehr eingeführt, woran der beſonders ſtarke, von vielen unangenehm empfundene Geruch und Geſchmack Schuld trägt.

Wo Knoblauch beliebt iſt, verwendet man ihn, wie die Zwiebeln, zu allen ſalzigen Speiſen, jedoch nur in geringſten Mengen. Die Verwendung dieſer geringen bis geringſten Mengen iſt unbedingt angezeigt, da der Knoblauch außerordentlich geſchmackgebend iſt und ſo leicht den arteigenen Geſchmack der Speiſe überdecken kann. Knoblauch iſt beſonders zu empfehlen zu Fleiſchſpeiſen. Wie bei den Zwiebeln bilden ſich auch bei Knoblauch durch Dünſten und Röſten ſehr gute Aromaſtoffe.

Schnittlauch.

Schnittlauch hat zwiebelartigen Geſchmack und Geruch und enthält wie dieſe verſchiedene Sulfide. Die Verwendung des Schnittlauchs iſt allgemein. Er zählt zu den bekannteſten Küchenkräutern und dient vor allem als Würze für Suppen, für Eierſpeiſen und für Salate.

Schnittlauch iſt immer friſch zu verwenden. Ein Trocknen und auch eine Aufbewahrung für kürzere Zeit kommt nicht in Betracht. Schnittlauch kann in Töpfen immer neu gezogen werden.

Peterſilie.

Peterſilie wird in 2 Arten angebaut, als Wurzelpeterſilie mit glatten Blättern und als krauſe Peterſilie, die nur wenig Wurzeln bildet. Der geſchmackliche Wert dieſer beiden Arten dürfte derſelbe ſein. Der Geruch iſt angenehm würzig, der Geſchmack weitaus ſchärfer und ſtärker. Durch Dünſten verliert die Peterſilie an Geſchmacksſtärke.

Die Verwendung iſt wohl überall üblich und namentlich zu Fleiſch- und Kartoffelſpeiſen, zu Suppen und Soßen bekannt. Bei jeder Kräutermiſchung iſt Peterſilie als Zugabe unentbehrlich. Die krauſe Peterſilie im Ganzen dient auch als Plattengarnitur, fein gewiegt zum Überſtreuen mancher Gemüſe und Mehlgerichte.

Peterſilie kann leicht getrocknet werden. Der typiſche Geſchmack allerdings leidet auch bei ſorgfältigſtem Trocknen etwas Einbuße. Der feine Geſchmack geht zum Teil verloren. Doch läßt ſich getrocknete Peterſilie noch gut zu Fleiſch- und Kartoffelſpeiſen verwenden. Wo jedoch der feine aromatiſche Geſchmack maßgebend iſt, wie bei Eierſpeiſen, iſt die Verwendung der getrockneten Peterſilie weniger angezeigt. Hierfür empfiehlt es ſich, Peterſilie im Herbſt im Keller, Miſtbeet oder Gewächshaus einzuſchlagen und die Wurzeln neues Grün treiben zu laſſen.

Majoran.

Majoran enthält 1,7 Prozent ätheriſche Öle (von Norden). Typiſcher Geruch und Geſchmack iſt ihm eigen.

Da der Geſchmack ſo ausgeſprochen und ſtark iſt, kann die geſchmackliche Bewertung nur eine individuelle ſein. Im allgemeinen iſt Majoran als Wurſtwürze, namentlich zu Leberwürſten, beliebt. In kleinſten Mengen macht er auch Fleiſchſpeiſen und Kartoffelgerichte aromatiſch.

Majoran eignet ſich beſonders gut zum Trocknen. Die Verwendung des getrockneten Krautes iſt gleichbedeutend mit mit der des friſchen. Ein nachträgliches leichtes Röſten erhöht die geſchmackliche Wirkung.

Bohnenkraut oder Pfefferkraut.

Ein Blättchen Bohnenkraut, auf die Zunge gebracht, ruft ſtarkes Brennen hervor und hinterläßt ſtark pfefferähnlichen Geſchmack.

Bohnenkraut gilt daher als Pfeffererſatz. Es wird nicht nur, wie der Name ſagt, zu Bohnengemüſe verwendet, ſondern auch zu allen anderen Speiſen, an denen man pfefferähnlichen Geſchmack liebt, namentlich zu Fleiſchſpeiſen. Die Doſierung muß allerdings ſehr nieder gehalten werden.

Für die Aufbewahrung gilt dasſelbe, was bereits bei Majoran erwähnt wurde.

Kerbel

iſt ein ſehr zartes Kraut mit hervortretendem Geruch und Geſchmack. Kerbel eignet ſich allein oder auch in Miſchungen vorzüglich zu Soßen und Suppen, auch zu Eierſpeiſen. Zu Kräutermiſchungen iſt Kerbel in kleinen Mengen zu nehmen, denn ſein typiſcher Geſchmack iſt geneigt, den Geſchmack der anderen Kräuter zu übertönen.

Längere Aufbewahrung des friſchen Krautes, wie auch das Trocknen, iſt unmöglich. Kerbel iſt deshalb immer friſch zu verwenden und zu dieſem Zweck öfters im Jahre neu auszuſäen.

Dill.

Die feinen, ſchmalen Blätter des Dills, auch die Blüten, haben einen typiſchen angenehmen Geruch und Geſchmack.

Er eignet ſich beſonders zum Würzen des Salates, auch zu Kräuterſoßen, zu Fleiſchſpeiſen, und vor allem die Blüten zum Einlegen von Gurken. Dill geſtaltet jede Kräutermiſchung aromatiſcher, er muß aber in kleinſten Mengen verwendet werden, da der Geſchmack ſtark hervortritt.

Das friſche Kraut muß ſofort verwendet werden, getrocknet verliert es ſtark an Geſchmack, kann aber noch zu Fleiſchſpeiſen Verwendung finden.

Boretſch.

Wegen des ihm eigenen gurkenähnlichen Geſchmacks wird er auch Gurkenkraut genannt.

Die rauhen Blätter eignen ſich, roh verwendet, namentlich zum grünen Salat und zu Kräuterſoßen. Gekocht verlieren ſie vollkommen an Geſchmack und Anſehen. Ebenſo iſt eine Aufbewahrung ausgeſchloſſen. Das Blatt wird raſch welk und iſt getrocknet vollkommen geſchmacklos.

Portulak

iſt ein beliebtes Suppenkraut und ergibt einen erfriſchenden Salat. Als Würzmittel erſcheint es jedoch ungeeignet.

Baſilikum

hat ſtarken, angenehmen, balſamiſchen Geruch und würzigen Geſchmack. Die kleinen Blättchen eignen ſich hervorragend als Würze zu Suppen, zu Fleiſchſpeiſen und zu Soßen. Sie ſind außerordentlich geſchmackgebend. Die Verwendung hat in kleinen Mengen zu erfolgen, größere Mengen geſtalten die Speiſen leicht bitter. Außerdem iſt Baſilikum zur Konſervierung von Gurken beliebt.

Das Kraut kann getrocknet werden, es verliert dabei wenig geſchmackgebende Stoffe. Um die Farbe ſchön grün zu erhalten, iſt es nötig, das Kraut an der Luft zu trocknen.

Eſtragon.

Die ſchmalen Blättchen des Eſtragons haben zunächſt wenig Geruch, beim Verreiben zwiſchen den Fingern riechen ſie jedoch ſehr fein und leicht ſäuerlich.

Er iſt, ähnlich wie Boretſch, hervorragend geeignet, Salate und Kräuterſoßen zu würzen. Er macht aber auch Fleiſchſpeiſen, beſonders Sauerfleiſch, aromatiſcher. Allein und in Miſchungen mit Eſſig angeſetzt, verleiht er dieſem ſehr feines Aroma. Dieſer Kräutereſſig iſt beſonders im kräuterloſen Winter ſehr zum Anmachen der Salate geeignet.

Eſtragon kann wohl getrocknet werden. Das getrocknete Kraut bleibt aber immer nur ſchlechter Erſatz für das friſche.

Zitronenmeliſſe.

Die Meliſſe hinterläßt bei Verreiben zwiſchen den Fingern, aromatiſchen, ſtark zitronenähnlichen Geruch.

Meliſſe eignet ſich, fein verwiegt, in kleinen Gaben in Miſchungen zu allen Fleiſchgerichten, Salaten und Kräuterſoßen. In größeren Mengen verwendet, verbeſſert ſie das Aroma der Fleiſchbeizen und wirkt eſſigſparend.

Man kann Meliſſe vorſichtig an ſchattigem Ort trocknen. Sie behält dabei Geſchmack und Farbe, während ſie beim Trocknen auf dem Herd ſtark leidet.

Thymian

Sein Geruch iſt würzig und angenehm. In ganz kleinen Mengen zu anderen Kräutern gegeben, iſt er geeignet, Fleiſchſpeiſen würzigen Geſchmack zu geben. Er iſt, wie Majoran und Bohnenkraut, ſehr gut zu trocknen.

Pimpinelle = Bimbernelle.

Die kleinen Blättchen haben weder beſonderen Geruch noch Geſchmack. Man kann ſie zu rohen Salaten verwenden; zu anderen Speiſen gegeben, ſind ſie wenig geſchmackgebend.

Liebſtöckel.

Die Staude hat große Blätter, die, zwiſchen den Fingern leicht verrieben, äußerſt würzig riechen; Geruch und Geſchmack des Liebſtöckels iſt in der bekannten Maggi-Würze wieder zu finden.

Wie kein anderes Kraut iſt Liebſtöckel zu Suppen und Fleiſchgerichten geeignet. Es würzt äußerſt angenehm und kräftig und kann auch zu allen Kräutermiſchungen verwendet werden. Zu beachten iſt, daß Liebſtöckel zu Fleiſchſpeiſen in größeren Mengen gegeben werden kann, während es zu allen anderen Gerichten nur in kleinſten Mengen zugeſetzt werden darf. Roh zu ungekochten Speiſen gegeben, wie zu Salaten, iſt es weniger geeignet.

Die Aufbewahrung läßt ſich leicht durch Trocknen ausführen. Das getrocknete Kraut behält den typiſchen Geſchmack und findet ebenſo, wie das friſche Liebſtöckel, Verwendung.

Beifuß.

Der wild wachſende, überall bekannte Beifuß hat würzigen, angenehmen Geruch und aromatiſchen, leicht bitteren, pikanten Geſchmack.

Beifuß wird mit den Blütenknoſpen verwendet und eignet ſich beſonders als Würze zu fettem Braten, wie zu Gans, Ente und zu Schweinebraten.

Die ganzen Beifußſtengel laſſen ſich ſehr gut trocknen und ebenſo, wie der friſche Beifuß, verwenden.

Salbei.

Salbei enthält das ſogenannte Salbeiöl, das Salviol enthält. Bitterer, aromatiſcher Geſchmack iſt ihm eigen. Von Noorden hält Salbei für nicht ganz ungefährlich. Er berichtet von Fällen ſchwerer Stromatitis, die nach Gurgeln mit allerdings ſtark konzentriertem Salbeitee entſtand. Nach innerlichem Gebrauch von Salbeitee konnte er Fälle länger anhaltender Obſtipation beobachten. In kleinen Mengen, als Gewürz konſumiert, fallen dieſe Nachteile allerdings vollkommen weg. Die Verwendung iſt namentlich zu Fiſchſud und zu Fleiſchbeizen angezeigt.

Die ganzen Blätter laſſen ſich auch trocknen, der Geſchmack und der Geruch der getrockneten Blätter iſt ſtärker, die Anwendung dieſelbe. Jedoch muß die Doſierung geringer ſein.

Sauerampfer.

Es ſind hier 2 Arten zu unterſcheiden, der großblättrige Gartenſauerampfer und der viel kleinere Wieſenſauerampfer, der im Frühjahr wild wachſend gefunden wird. Sauerampfer hat ſtarken, aromatiſchen, ſäuerlichen Geſchmack, keinen Geruch. Er ſoll je nach Standort mehr oder weniger Oxalſäure enthalten, durchſchnittlich 0,27 Prozent.

Sauerampfer iſt, wie Kerbel, allein und in Miſchungen geeignet, Kräuterſoßen und -ſuppen zu würzen. Zu rohen Kräuterſoßen iſt eine größere Menge zu nehmen als zu gekochten, durchſchnittlich ⅓ mehr, da der Geſchmack lange nicht ſo ſtark ausgelaugt wird. Zu gekochten Soßen und Suppen empfiehlt es ſich, die Hälfte der Sauerampfermenge mitzudünſten und die 2. Hälfte am Schluß der Kochzeit zuzugeben und nur einmal aufkochen zu laſſen.

Sauerampfer läßt ſich am beſten friſch verwenden, er kann im Garten 2- bis 3mal ausgeſät werden. Der getrocknete Sauerampfer iſt ein ſchlechter Erſatz für das friſche Blatt.

Kümmel.

Die Kümmelpflanze, deren Früchte als Kümmel bekannt ſind, wächſt bei uns wild. Die reifen, getrockneten Früchte geben den beſten Kümmel. Dieſer enthält durchſchnittlich 4 bis 7 Prozent ätheriſche Öle, und zwar Karven und Karvol.

Der Kümmel wird namentlich in Süddeutſchland verwendet und iſt hier beſonders als Gewürz und zu allen Roggenmehl-Gebäckarten beliebt. Man verwendet ihn auch gerne zu Fleiſchſpeiſen, hauptſächlich zu Gulaſch und Schweinebraten, auch zu dunklen Brennſuppen und zu geröſteten Kartoffeln.

Die Aufbewahrung erfolgt in gut ſchließenden Blechdoſen an trockenem Ort.

Wacholderbeeren.

Die ſchwarzbraunen, zirka 9 Millimeter großen Früchte haben ſehr würzigen, etwas ſüßen Geſchmack. Sie enthalten 0,7 Prozent ätheriſches Öl, die italieniſchen und ungariſchen Beeren durchſchnittlich 1,1 Prozent.

Wacholderbeeren ſind zu allen Fleiſchſpeiſen und -ſoßen geeignet und würzen dieſe vortrefflich. Zur Aufbewahrung werden ſie an der Luft getrocknet und in gut verſchließbare Blechbüchſen gegeben.

Regeln zur Verwendung der Küchenkräuter

1. Alle Kräuter ſind, wenn möglich, am beſten friſch zu verwenden.
2. Alle Kräuter ſind fein gewiegt zu verwenden.
3. Die Zugabe der Kräuter zu den Speiſen hat erſt am Ende der Kochzeit zu erfolgen. Ausnahmen: Fleiſch und Wurzelbrühen. Hier kann die Zugabe im ganzen und am Anfang der Kochzeit erfolgen.
4. Bei reichlicher Kräuterzugabe iſt weniger Salz zu verwenden.
5. Bei Kräutermiſchungen achte man auf einheitlichen, abgerundeten Geſchmack, kein Kraut darf aufdringlich die anderen übertönen.

6. Die Verwendung der Kräuter muß individuell geſtaltet werden. Im allgemeinen können verwendet werden:

In größerer Menge: Schnittlauch, Peterſilie, Liebſtöckel (zu Fleiſch).

In kleinerer Menge: Boretſch, Sauerampfer, Eſtragon, Dill, Pimpinelle, Kerbel, Selleriegrün, Beifuß.

In kleinſten Mengen mit großer Vorſicht: Majoran, Bohnenkraut, Zitronenmeliſſe, Baſilikum.

Es folgen nun Rezepte einiger Fleiſch- und Eierſpeiſen, die durch Verwendung einheimiſcher Würzmittel beſonders ſchmackhaft zu nennen ſind. Die Kräuterzugabe iſt in Gramm angegeben, damit ſich die Hausfrau über die zu verwendenden Mengen ein genaues Bild machen kann. Iſt ſie jedoch einmal an den Gebrauch der Küchenkräuter gewöhnt, ſo wird das Wiegen ſelbſtredend wegfallen.

Gedünſtete Leber. ¼ Kilo Leber, 200 Gramm Tomaten, 150 Gramm Zwiebeln, 1 Meſſerſpitze Baſilikum, 60 Gramm Butter, 10 Gramm Mehl, 2 Eßlöffel Wein, Salz zum Abſchmecken.

Leber wie zu Saurer Leber ſchneiden, Zwiebeln fein wiegen, aus rohen Tomaten Mark gewinnen, Zwiebeln, Tomatenmark in Butter andünſten, Leber zugeben, dünſten, wenn halbweich ſtauben, gardünſten, mit übrigen Zutaten abſchmecken.

Sauerbraten. ½ Kilo Fleiſch. Zur Beize: 50 Gramm Zwiebeln, 100 Gramm Wurzelzeug, 1 Gramm Majoran, 1 Gramm Thymian, 5 Gramm Liebſtöckel, 10 Gramm Zitronenmeliſſe, 5 Gramm Eſtragon, 10 Wacholderbeeren, ½ Liter Waſſer, 2 Eßlöffel gebrauchsfertigen Eſſig, 10 Gramm Salz. Zum Braten: 50 Gramm Fett, 50 Gramm Zwiebeln, 50 Gramm Tomaten. Zur Zuckereinbrenne: 10 Gramm Fett, 10 Gramm Mehl, 25 Gramm Zucker, ¼ Liter Beize zum Aufgießen, 2 Eßlöffel ſauren Rahm.

Alle Beizzutaten einmal aufkochen laſſen, erkaltet über das Fleiſch geben, 4 Tage zugedeckt an kühlem Ort ſtehen laſſen. Die übrige Zubereitung iſt dieſelbe, wie die von der Küche her bekannte.

Wurzelſchnitten. ½ Kilo Rindfleiſch (Lende), 50 Gramm Butter, 5 Gramm Salz, Peterſilienwurzeln, Lauch, 30 Gramm Zwiebeln, 50 Gramm Tomaten, 10 Gramm Peterſilie, 10 Gramm Liebſtöckel, 5 Gramm Zitronenmeliſſe, 1 Gramm Bohnenkraut, 1 Gramm Baſilikum, 4 Wacholderbeeren, 1/16 Liter Waſſer, 3 Eßlöffel ſauren Rahm.

Fleiſch in Scheiben ſchneiden, leicht klopfen, ſalzen. Peterſilienwurzeln, Lauch, Zwiebeln wiegen, Tomaten klein ſchneiden, Kräuter fein wiegen. Silitſtahltopf ausbuttern, Fleiſchſcheiben aufeinander mit den Geſchmackszutaten abwechſelnd einſchichten. Zugedeckt 1¼ Stunden unter Waſſerzugabe dünſten, anrichten. Soße, die nicht durchpaſſiert werden ſoll, mit Rahm abſchmecken, über das Fleiſch geben.

Gulaſch. ½ Kilo Kalbfleiſch, 60 Gramm Fett, 100 Gramm Zwiebeln, 50 Gramm rohes Tomatenmark, 10 Gramm Liebſtöckel, 2 Gramm Bohnenkraut, 2 Gramm Baſilikum, 2 Gramm Eſtragon, 1 Gramm Zitronenmeliſſe, 5 Gramm Salz, 15 Gramm Mehl, 1/16 Liter Waſſer, 2 Eßlöffel ſauren Rahm.

Die Zubereitung iſt die für Gulaſch übliche. Es empfiehlt ſich, die Kräuter beſonders fein zu wiegen und ſie von Anfang an mitzudünſten.

Schweinebraten. ½ Kilo Fleiſch, 5 Wacholderbeeren, 2 Gramm Baſilikum, 1 Gramm Thymian, 2 Blätter Salbei, 50 Gramm Zwiebeln, 1½ Gramm Knoblauch, 2 Gramm Beifuß, 1 Gelbe Rübe, ¼ Sellerieknolle, Salz, ¼ Liter Waſſer.

Die Zubereitung iſt die für Schweinebraten übliche. Baſilikum und Thymian werden, fein gewiegt, mit Salz auf das Fleiſch geſtreut, die anderen Zutaten im ganzen mitgebraten.

Gehackte Beefſteaks. ½ Kilo Fleiſch, 50 Gramm Zwiebeln, 5 Gramm Baſilikum, 10 Gramm Peterſilie, Salz, Fett zum Braten.

Die Zubereitung iſt die für gehackte Beefſteaks übliche.

Kräutermiſchung.

Im Herbſt empfiehlt es ſich, die getrockneten Kräuter pulveriſiert zu miſchen. Sehr gut iſt folgende Miſchung:

10 Gramm Eſtragon, 10 Gramm Zitronenmeliſſe, 10 Gramm Baſilikum, 20 Gramm Liebſtöckel, 20 Gramm Sellerieſamen (geſtoßen).

Sie eignet ſich beſonders zu Fleiſchſpeiſen und macht dieſe ſehr aromatiſch. Die Gewürze, Pfeffer und Curry können durch ſie erſetzt werden. Die Verwendung dieſer getrockneten Kräutermiſchung iſt ebenſo einfach, wie die der pulveriſierten ausländiſchen Gewürze.

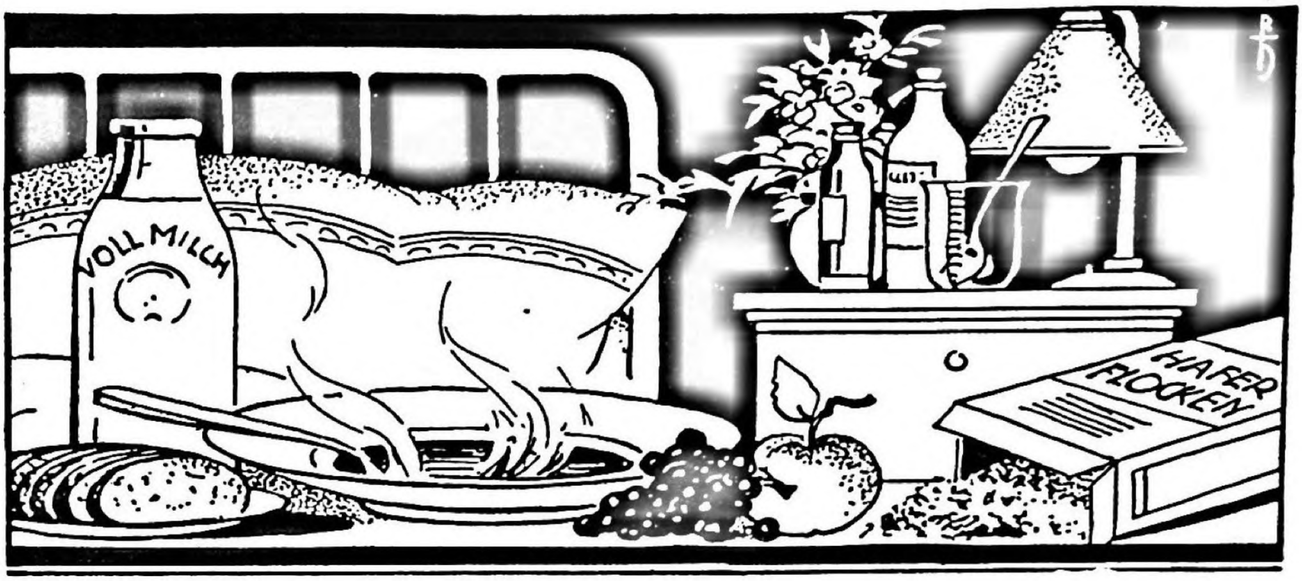
Zu empfehlen ſind die Kräuter außerdem noch zu Geſchmacksaufwertung des Eſſigs, der namentlich im Winter zum Anmachen der Salate geeignet iſt und dieſe ſchmackhaft macht.

Eſtrageneſſig. ½ Liter gebrauchsfertigen Weineſſig, 40 Gramm Eſtragonblätter, 10 Gramm Himbeeren.

Kräutereſſig. ½ Liter Eſſig, 20 Gramm Eſtragon, 10 Gramm Dill, 5 Gramm Baſilikum.

Alle Zutaten in Flaſche füllen, 14 Tage an ſonnigem Ort ſtehen laſſen, abgießen und wieder in Flaſche füllen.

Leider iſt die Verwendung dieſer aromatiſchen einheimiſchen Würzſtoffe heute noch ſchwierig, weil ſie nicht überall zu bekommen ſind. Nur in manchen Gegenden werden ſie von Gärtnerien angebaut, und auch hier nur die bekannteſten. Die Hausfrau aber, die einen Garten beſitzt, ſollte es nicht verſäumen, all die Kräuter ſelbſt zu ziehen und ſie in ihrer Küche zu verwenden, auch dann, wenn das Würzen mit Küchenkräutern für ſie eine kleine Mehrarbeit bedeutet. Es iſt wohl einfacher, z. B .zu Gulaſch das Miſchgewürz Curry zu verwenden, das zugleich Farbe und Aroma erhöht, als dieſelben guten Eigenſchaften durch Zugabe von Kräutern zu erzielen. Wenn die Hausfrauen aber einmal Sinn für den durch den Zuſatz der Kräuter erreichten erhöhten Geſchmackswert bekommen haben, wenn es ihnen geläufig geworden iſt, welche Kräuter ſie zu den einzelnen Speiſen allein oder in Miſchung verwenden können und in welchen Mengen, dann muß ihnen der Verbrauch dieſer geſunden, wohlſchmeckenden Kräuter Freude machen, und das bißchen Mehrarbeit fällt nicht ins Gewicht.



Von der Ernährung des Kranken

Vom Sinn und Zweck der Ernährung iſt im vorigen ſchon geſprochen worden in bezug auf den geſunden Menſchen. Wie ſoll ſich nun die Ernährung des Kranken aufbauen? Auch er braucht Wärmeſpender, braucht Mineralſalze, braucht Ergänzungsſtoffe. Wenn ſie ihm aber in der Form wie dem Geſunden gereicht werden, ſo iſt er meiſt nicht imſtande, ſich das, was er braucht, in genügendem Maße herauszuholen; er wird alſo bei einer ſogenannten „normalen" Koſt unterernährt. Dabei ſchwindet natürlich ſeine Widerſtandskraft, ſein Gewicht nimmt ab. Wie iſt dies aber zu vermeiden? Verſchiedene Geſichtspunkte ſind da zu berückſichtigen.

Einmal handelt es ſich darum, feſtzuſtellen, ob die Verdauungsorgane ihre Arbeit richtig leiſten. Liegen da Störungen vor, ſo erwächſt der Hausfrau eine zwar ſchwierige, aber ſehr dankbare Aufgabe. Es gilt, für den Bettlägerigen, Erſchöpften eine ſchmackhafte und wenig Verdauungsarbeit beanſpruchende, aber doch nährſtoffreiche Koſt herzuſtellen, was an ihre küchentechniſche Geſchicklichkeit keine geringen Anforderungen ſtellt.

Wie läßt ſich nun ein Nahrungsmittel in „leicht"-verdauliche Form bringen? Es läßt ſich zerkleinern, fein verteilen und mit einem andern, ebenfalls fein verteilten, vermengen. Man kann es mit wenig Fett und gewürzarm zubereiten. Unter Fett iſt nicht nur das Kochfett oder Margarine oder Kokosfett zu verſtehen, ſondern auch Butter und Rahm. Je fettärmer ein Gericht iſt, um ſo leichter und raſcher verläßt es den Magen, um ſo beſſer kann es von den Verdauungsſäften durchdrungen und verarbeitet werden. Die Schwerverdaulichkeit iſt beſonders dem einmal erhitzten Fett eigen, friſche Butter wird faſt immer gut vertragen. (Einzige Ausnahme bilden Gallenkranke, für welche auch dieſe ungeeignet iſt.)

Beſonders bei Magenſtörungen kommt es ſehr auf den Verteilungsgrad der Speiſen an. Gut ausgekochte Mehl- und Schleimſuppen, fein gewiegtes Fleiſch oder Schinken, Reis, Spaghetti, Aufläufe und Flammeri ſind ſehr leicht verdaulich. Auch wird Gemüſe und Fleiſch als Auflauf oder Pudding den Magen nicht beſchweren. Manche Erkrankungen des Magens allerdings verlangen eine vollkommen flüſſige Koſt.

Bei Durchfall kommt es nicht ſo ſehr auf den Verteilungsgrad an, denn in den Darm kommt die Nahrung ſowieſo in flüſſigem Zuſtand. Sie ſoll aber keine Beimengungen enthalten, die erſt im Darm zu gären anfangen, alſo keine Faſerſtoffe, welche im Gemüſe und im rohen Obſt vorkommen.

Verſchiedene Verdauungsſtörungen erfordern, wenigſtens für kurze Zeit, völlige Ausſchaltung des einen oder anderen Nährſtoffes. Manchmal muß jedes ſtärkehaltige Nahrungsmittel ganz vermieden werden (es darf kein Brot, kein Reis, kein Mehlgericht und vor allem dürfen keine Kartoffeln gegeben werden), manchmal iſt jedes Eiweiß ganz verboten (alſo Fleiſch, Fiſch, Eier, Käſe, Milch).

Eine ſehr häufige Darmſtörung iſt die Verſtopfung. Da ſoll die Koſt viel Mehlgerichte, viel Gemüſe und Obſt, viel Fett und wenig Fleiſch enthalten. In welcher Form, ob grob als „Rauhfutter" (z. B. Salate, Obſt, Rohkoſt) oder gut verkocht unter Vermeidung ſtark blähender Kohlarten ſie gegeben werden ſoll, muß der Arzt entſcheiden.

In völligem Gegenſatz zu Störungen der aufnehmenden und verdauenden Organe ſtehen diätetiſch die Störungen des Stoffwechſels. Dabei iſt die Zubereitungsart meiſt gleichgültig, ſehr bedeutungsvoll aber die Zufuhr der einzelnen Nährſtoffe. In früheren Kapiteln wurde ſchon beſprochen, was man unter Nährſtoffen verſteht; im engeren Sinne ſind die Wärme- oder Energieſpender Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate darin begriffen. Vorkommende Störungen ſind die Gicht, die Zuckerkrankheit, die Magerſucht, die Fettſucht.

Die Hausfrau muß ſich einen Begriff davon machen, in welchem Mengenverhältnis die einzelnen Nährſtoffe in der täglichen Nahrung enthalten ſind, ſie muß den Gehalt der Nahrungsmittel an Eiweiß, Fett und Stärke, bzw. Zucker kennen. Schon im Vorhergehenden wurde darauf hingewieſen, daß im Körper aus der Stärke Zucker entſteht; ſie kommt deshalb als Zuckerbildner in Betracht. Die Nährſtoffe Eiweiß, Fett, Zucker können ſich weitgehend gegenſeitig vertreten. Doch kann man z. B. nicht alles Eiweiß aus der Nahrung fortlaſſen, eine beſtimmte Mindeſtmenge muß zugeführt werden, ſonſt ſchmilzt der Körper ſein eigenes Eiweiß ein und findet in der Nahrung keinen Erſatz für das Verlorengegangene. Die Nährſtoffe haben einen beſtimmten Nährwert oder Brennwert; die Kraft, die ſie dem Körper zuführen, kann berechnet werden.

Man berechnet ſie nach Wärmeeinheiten, nach Kalorien. Es iſt nun gerade bei Stoffwechſelſtörungen, bei denen oft der eine oder andere Nährſtoff aus der Nahrung ganz weggelaſſen werden muß, ſehr wichtig, daß die Hausfrau ſich vom Nährwert der Koſt ein Bild macht. Peinliche Berechnung des Kaloriengehaltes derſelben nach Nahrungsmitteltabellen (ſiehe Schall, Verlag Kurt Kabitzſch) iſt nur in den ſeltenſten Fällen notwendig, doch muß ſie ſich vor Augen halten, daß für 1 Gramm Fett ſtets zirka 2½ Gramm Eiweiß oder 2½ Gramm Stärke, bzw. Zucker gegeben werden müſſen. Wenn nun die Koſt des Geſunden im Durchſchnitt aus ungefähr 70 Gramm Eiweiß, 60 Gramm Fett und 400 Gramm Zucker oder Stärke beſtehen ſoll, und einer dieſer Nährſtoffe eingeſchränkt oder weggelaſſen werden muß, ſo muß von den anderen erlaubten Nährſtoffen entſprechend mehr gegeben werden, weil ſonſt der Kranke unterernährt wird!

Für einen Gichtkranken ſoll die Koſt leicht verdaulich ſein, ſie ſoll auch alles vermeiden, was die Harnſäurebildung im Körper vermehrt, und keine Stoffe zuführen, aus denen Harnſäure entſtehen kann (wie z. B. Eingeweide, Hülſenfrüchte). Eine mehr vegetariſche Koſt mit viel Gemüſen, wenig Obſt, mit Milch, Eiern, Mehlgerichten, wenig Käſe iſt angezeigt. Fleiſch je nach Verordnung des Arztes.

Bei der Zuckerkrankheit iſt es wichtig, den Zucker und alle zuckerbildende Stärke in der Nahrung möglichſt einzuſchränken; es gibt aber auch Zuſtände bei dieſer Krankheit, in denen Zucker gegeben werden muß, allerdings in vorgeſchriebener Menge. Denn es gibt Zuckerkranke, welche die Stärke wieder vertragen können, wenn man nur das Fett in der Nahrung einſchränkt. Das ſtellt nun die Hausfrau vor ſehr verſchiedene Aufgaben: Sie muß lernen, eine Koſt zuzubereiten, deren Gerichte ohne Mehlzuſatz hergeſtellt ſind. Sie muß wiſſen, daß auch in den Früchten Stärke enthalten iſt (Bananen), ebenſo wie in manchen Gemüſen (Wurzelgemüſe, Topinambur). Oder ſie muß ſich Rezepte ausdenken für eine möglichſt fettarme Zubereitung der einzelnen Speiſen.

Bei ſtarker Abmagerung werden „Maſtkuren" angewendet. Auch dabei muß man individuell vorgehen. Dem einen kann man viel Fett zulegen, dem andern nicht. Manche vertragen große Mengen auf einmal, andere müſſen viele kleine Mahlzeiten bekommen, wieder andere dürfen faſt kein Fleiſch erhalten, das aber manche Appetitloſe unbedingt brauchen.

Ähnlich geht es mit den „Entfettungskuren". Es läßt ſich durchaus nicht jede Fettſucht auf die gleiche Weiſe beeinfluſſen. Einmal wird es gelingen, mit einer einſeitigen Fleiſchkoſt unter Zugabe von Gemüſen und Einſchränkung von Flüſſigkeit, ein andermal beſſer mit Rohkoſt oder mit Milchtagen oder mit Trockenkoſt (nur Semmeln, Kartoffeln). Der Hausfrau muß das große Kunſtſtück gelingen, in der Koſt einen hohen Sättigungswert bei geringem Nährwert zu erreichen. Wieder iſt küchentechniſche Sicherheit erforderlich, um das Fleiſch fettlos zuzubereiten, die Gemüſe nur in Bouillon oder Waſſer zu dünſten, die Salate nur mit Zitrone und Kräutern anzurichten. Doch wie ſtolz wird ſie ſein, wenn die Waage den Erfolg ihrer Bemühungen zeigt!

Recht ſchwierig geſtaltet ſich oft die Zubereitung der Koſt für Nierenkranke, wenn wenig oder gar kein Kochſalz gegeben werden ſoll. Es gibt wohl Erſatzſalze (Hoſal, Citrovin, Curtaſal), aber ſie werden beſſer nicht zum Kochen verwendet, ſondern nur dem Kranken zum Würzen auf den Tiſch geſtellt. Da iſt es ſehr weſentlich, den Eigengeſchmack der pflanzlichen Nahrungsmittel gut herauszubekommen, oder ihn durch geeignete Auswahl von Kräutern zu verbeſſern. Gemüſe nur in Fett gedünſtet, viel friſche Salate, viel Obſt bringen Abwechſlung in die einförmigen Mehlgerichte. Das Fleiſch iſt oft ganz zu verbannen, Milch und Eier auch einzuſchränken.

Große Anforderungen an die Kochkunſt der Hausfrau ſtellt auch die richtige Zubereitung der Koſt für Gallenkranke. Fett und Gelbei müſſen ganz ausgeſchaltet werden. Es ſoll eine ſehr leicht verdauliche und zugleich darmanregende Koſt gegeben werden, reich an gut gelockerten Mehlgerichten, zarten Gemüſen und Obſtbreien.

Bei Leberkranken iſt es ähnlich, nur muß da oft Fleiſch und Käſe auch weggelaſſen werden, und Eiweißträger wie Fiſch und Milch ſind einzuſchränken.

Ein paar Worte wären auch noch zu ſagen über die Koſt mit ſogenanntem „Baſenüberſchuß", die bei manchen Nierenerkrankungen, aber auch bei verſchiedenen anderen Störungen (Hautkrankheiten, Nervenkrankheiten, Gicht uſw.) gegeben werden kann. Sie ſetzt ſich zuſammen aus Milch, Kartoffeln, Obſt und Gemüſen. Letztere müſſen aber fett- und mehlfrei zubereitet werden. Im Wechſel und

Gegenſatz zu dieſer Ernährung gibt man eine Koſt mit „Säureüberſchuß“. Dieſe beſteht im weſentlichen aus Fleiſch, Eiern, Fett und Mehl und allem, was ſich daraus herſtellen läßt.

Die Hausfrau hat es nicht leicht, wenn ſie ſich in das Labyrinth der Diätetik begeben will. Darum laſſe ſie ſich vom Arzt genaue Vorſchriften geben, um ſich über die Geſichtspunkte, die für die Ernährung bei einer beſtimmten Krankheit weſentlich ſind, zu unterrichten. Jede Krankenkoſt muß ſo zuſammengeſtellt ſein, daß ſie nicht nur ſachlich „richtig“ iſt, ſie muß auch die Lebensgewohnheiten und den Appetit des Einzelnen berückſichtigen. Es ſoll hier nicht einer gewiß unnötigen Verzärtelung das Wort geredet werden. Aber ein bißchen „verwöhnen“ ſoll man den Kranken ſchon in dem Sinne, daß man ſich nicht nach ſeinen Launen, aber nach ſeinem Geſchmack richtet. Die Hausfrau ſcheue deshalb keine Mühe, ſich die nötige Küchentechnik anzueignen. Die Beſſerung im Zuſtande des Kranken, die Erhaltung ſeiner Lebensfreude, die ſie dann mit gutem Recht ſich zuſchreiben darf, wird ein Ergebnis ſein, das die aufgewendete Zeit und Arbeit reichlich lohnt.

Um der Hausfrau die mühſame, für den Kranken aber ſo wichtige richtige Zuſammenſtellung der Koſt zu erleichtern, ſind im Verlag K. Thienemann „Diätkochbücher“ erſchienen, welche ihr die Durchführung der vom Arzt gegebenen diätetiſchen Vorſchriften ermöglichen.

Diätetiſche Küchentechnik – Diätetiſche Koſtformen – Neuzeitliche Koſtformen

Die diätetiſche Küchentechnik nimmt ihren Ausgangspunkt von der Diätvorſchrift des Arztes. Sie muß aber nicht minder Rückſicht nehmen auf den bei Kranken in geſteigertem Maße vorhandenen individuellen Geſchmack. Dieſen beiden Vorausſetzungen Rechnung zu tragen, iſt oberſtes Geſetz der diätetiſchen Küchentechnik.

Die diätetiſche Küchentechnik kann weder die ſogenannte bürgerliche Küche, welche vor allem langſätigende, ſchwer verdauliche Speiſen zum Gegenſtand hat, noch die ſogenannte feine Herrſchaftsküche wegen ihres Raffinements ausſchließlich zur Anwendung bringen.

Die diätetiſche Küchentechnik muß vielmehr die Verſchmelzung der beiden Arten ſich zu eigen machen, d. h. die Gerichte der einfachen Küche mit denen der feinen Küche ſchmackhafter, appetitanregender, leicht verdaulicher, bekömmlicher geſtalten.

Die diätetiſche Küchentechnik in einem Privathaushalt zur Anwendung zu bringen, begegnet, wie nicht verhehlt werden ſoll, großen Schwierigkeiten.

Und doch erſcheint ſie außerordentlich notwendig, da ſo häufig Familienangehörige, die in Sanatorien oder Krankenhäuſern diätetiſche Ernährung erhielten, nicht auf die Dauer dortſelbſt verbleiben können. Deren Wunſch, wieder im Kreiſe der Familie leben zu können, die Geld- oder Berufsverhältniſſe veranlaſſen ſie, ihre Ernährung wieder im Privathaushalt aufzunehmen.

Die Hausfrau muß ſich daher der Aufgabe unterziehen, diätetiſche Küchentechnik zur Anwendung zu bringen.

Gemeinſame Arbeit zwiſchen Arzt und Hausfrau zur Zuſammenſtellung einer Diät, die dem jeweiligen Krankheitsbild entſpricht und gleichzeitig die Geſchmacksrichtung des Kranken berückſichtigt, ſcheint jeweils dringend geboten. Anregungen in dieſer Richtung zu geben, ſoll der Zweck dieſer Ausführungen ſein. Insbeſondere ſollen Beiſpiele diätetiſcher Koſtformen das Verſtändnis für die diätetiſche Küchentechnik wecken.

Bei der Unmöglichkeit, im Rahmen dieſer Veröffentlichung auch nur annähernd und hinreichend Anweiſungen für die diätetiſche Ernährung geben zu können, dürfte es für jedes junge Mädchen ſich beſonders empfehlen, wenn Zeit und Mittel es erlauben, an einer guten Diätlehre wenigſtens die Grundlagen zu ſchaffen, welche ihr eine weitere Ausbildung und Vervollkommnung ermöglichen.

Diätetiſche Koſtformen.

Flüſſig-breiige Verpflegung.
Magenſchonkoſt für Geſchwürkranke.
Magenſchonkoſt bei Überſäuerung.
Leichte Krankenkoſt.
Koſtverordnungen für Gallen- und Leberkranke.
Koſtverordnungen bei Durchfall:
  a) bei Gärungsdyspepſie, b) bei Fäulnisdyspepſie.
Koſtverordnungen bei Obſtipation (Verſtopfung):
  a) bei eigentlicher Stuhlträgheit, b) bei krampfartiger Verſtopfung.
Koſtverordnungen für Gichtiker.
Koſtverordnungen für Zuckerkranke.
Koſtverordnungen für Nieren- und Herzkranke:
  a) Salzloſe vegetariſche Koſt, b) Obſttage, c) Milchtage, d) Säure und Baſenüberſchuß.
Koſtverordnungen bei Maſtkuren.
Koſtverordnungen bei Entfettungskuren.

Neuzeitliche Koſtformen.

Gerſon-Diät, Bircher-Benner, Mazdaznan, Ragnar Berg.

Die flüſſig-breiige Verpflegung wird gegeben:

1. Bei Mund- und Speiſeröhrenerkrankungen;
2. bei Krankheiten, bei welchen die Verdauungsarbeiten im Magen oder Darmkanal geſtört ſind;
3. bei großer Schwäche.

Damit dieſe Koſt dem Kranken nicht ſehr bald langweilig wird, muß man verſtehen, küchentechniſch ſehr gut zu arbeiten.

Die Speiſen ſollen in Temperatur, Geſchmack und in der Form und Farbe verſchieden ſein.

Am leichteſten kann man die Temperatur verändern.

Die Milch z. B. hat einen ganz anderen Geſchmack, wenn man ſie warm oder kalt gibt.

Ein geſalzener Brei iſt grundverſchieden von einer geſüßten Grieß- oder Reisſpeiſe.

Auch in der Form kann man Abwechſlung bringen. Welch großer Unterſchied beſteht zwiſchen einem Aſpik und einer Fleiſchbrühe. Und im Grunde ſind ſie aus einer Grundmaſſe hergeſtellt.

Fruchtlimonaden oder Vanillecreme kann man durch Gefrieren zu einer ganz anderen Form bringen und dem Kranken zu einer Abwechſlung verhelfen.

Beiſpiel einer flüſſig-breiigen Verpflegung nach der Anordnung des Arztes:

1. Frühſtück: Kakao oder Schokolade, Milch, Malzkaffee, Marmelade oder Obſtgelee.

2. Frühſtück: Porridge = Haferflockenbrei.

Mittageſſen: Gemüſepüreeſuppe oder Bouillon mit Ei, Brei aus Mondamin, Tapioka, Mehl uſw. mit Eigelb-Aſpik oder Eiſchnee, Obſt- oder Weingelee, Gefrorenes.

Nachmittag: wie 1. Frühſtück.

Abendeſſen: Schleimſuppe, gehacktes Fleiſch in Aſpik.

Magenſchonkoſt für Geſchwürkranke.

Die Koſt muß, wenn der Arzt keine anderen Richtlinien gibt, anfangs flüſſig ſein: Rahm, Milch, Ei. Sie iſt zu erweitern auf Breikoſt: Milchbrei, Hirnpüree, Gemüſepüree.

Magenſchonkoſt bei Überſäuerung.

Man gibt dieſe Schonkoſt, wenn die Saft-Abſonderung im Magen geſtört iſt. Bei vermehrter Säurebildung entſteht im Magen zu viel Saft. Man gibt viel Milch, Eier, gelockerte Mehlſpeiſen, zartes Fleiſch, zartes Gemüſe, womöglich paſſiert. Die Speiſen ſollen nur mit Butter zubereitet werden. Man darf wenig oder gar kein Obſt und Kompott geben, keine Gewürze, wenig Salz, keinen Eſſig, wenig Zitronenſaft, keine Bouillon. Auch kohlenſaure Brunnen üben einen Reiz aus, wenn ſie zu kalt gereicht werden.

Eine Koſt bei Überſäuerung ſetzt ſich folgendermaßen zuſammen:

1. Frühſtück: Heiße Milch oder leichter Tee oder Kakao, Weißbrötchen, Zwieback oder kalter Toaſt, Butter.

2. Frühſtück: Ganz weiches Ei in einem erwärmten Glas, Weißbrötchen, Zwieback oder kalter Toaſt mit Butter, oder Mehl-, Mondamin-, Grieß-, Reisbrei oder Porridge, durchgetrieben.

Nachmittag: wie 1. Frühſtück.

Mittageſſen: Reisſchleimſuppe, Kalbszunge, ſehr weich gekocht, Kartoffelpudding, Karottenpüree, Vanillecreme.

Abendeſſen: Spinatpudding mit Holländiſcher Soße, Creme-Käſe mit Toaſt.

Leichte Krankenkoſt.

Bei dieſer Koſt ſollen die Speiſen ſo zubereitet werden, daß ſie den Magen nicht belaſten. Sie ſollen wenig Verdauungsarbeit beanſpruchen, den Magen ſchnell verlaſſen und in kleinen Mengen großen Kalorienwert beſitzen.

Eine Koſtverordnung ſetzt ſich ungefähr folgendermaßen zuſammen:

1. Frühſtück: Milch, Malzkaffee, Tee, Bohnenkaffee, Kakao, Weißbrötchen, Zwieback, Toaſt, Butter.

2. Frühſtück: Eier weich gekocht, Schinken- oder Bratenbrötchen.

Mittageſſen: Tomatenſuppe, Kalbsbraten, Spinat, Reis, Rote Grütze mit Vanilleſoße.

Abendeſſen: Makkaroni überbacken, Salat, Apfelmus.

Die Koſtverordnungen für Gallen- und Leberkranke ſind dem Geſchmack des Patienten meiſtens nicht leicht anzupaſſen. Faſt alle Künſte der Küchentechnik, welche auf Erhöhung des Genußwerts der Speiſen hinauslaufen, müſſen größtenteils wegfallen. Es iſt jedoch keineswegs ſo, daß beſtimmte Speiſen und Zubereitungsarten bei allen Gallen- und Leberkranken Beſchwerden hervorrufen, der Kranke wird meiſtens ſelbſt wiſſen, welche Nahrungsmittel er nicht vertragen kann und auf welche er mit Schmerzen reagiert.

Im allgemeinen kann man ſagen, daß der Speiſezettel keine Röſtprodukte, wie ſie im gebratenen Fleiſch, geröſteten Kartoffeln enthalten ſind, zum Gegenſtand haben darf. Derſelbe darf auch keine Fette, keine Butter, keine Schlagſahne, keine Buttercreme enthalten.

Eier können nur in kleinen Mengen in Aufläufen oder Puddings verwendet werden.

Eier als Omelette, Rühreier und ſelbſt gekochte Eier ſoll man nicht geben.

Leichte verdauliche Gemüſe und Obſtbreie werden meiſt gut vertragen.

Der Arzt wird die notwendigen Anordnungen je nach dem Krankheitszuſtand treffen. An der Hausfrau liegt es, die Anordnungen mit dem Geſchmack des Patienten in Einklang zu bringen.

Es folgt nun eine Koſtverordnung für einen akuten Gallenanfall:

1. Frühſtück: Pfefferminztee oder leichter Tee, Zwieback.

2. Frühſtück: Schleimſuppe ohne Butter.

Mittageſſen: Schleimſuppe ohne Butter aus Grünkernmehl. Mondaminbrei mit Eiſchnee.

Abendeſſen: Tapiokabrei mit Eiſchnee.

Koſtverordnungen bei Obſtipation (Verſtopfung).

Auch hier muß der Arzt feſtſtellen, ob der Darm zu langſam arbeitet oder ob krampfartige Zuſammenziehungen des Darmkanals vorliegen.

Im erſteren Fall muß die Koſt faſerſtoffreich, im letzteren Falle ſoll ſie faſerſtoffarm ſein. In beiden Fällen ſoll die Koſt viel Fett, Mehlſpeiſen, Obſt und Gemüſe enthalten, aber je nach der ärztlichen Anordnung in grobem oder in fein verteiltem Zuſtand.

Bei eigentlicher Stuhlträgheit geben wir morgens nüchtern 1 Glas Fruchtſaft oder Bircher Müsli.

1. Frühſtück: Bohnenkaffee mit Rahm, Schrotbrot, Honig, Butter.

Mittageſſen: Julienne- oder Obſtſuppe, Ochſenfleiſch, Wirſing, Kartoffeln, Obſtſalat mit Sahne.

Nachmittags: wie Frühſtück oder Obſt oder 1 Glas Buttermilch.

Abendeſſen: Rohkoſtplatte, Kartoffelpuffer, Preißelbeeren.

Bei krampfartiger Verſtopfung iſt ungefähr folgendes Tagesmenü zu geben:

1. Frühſtück: Tee mit Sahne (Rahm), geröſtetes Weißbrot, Butter, Fuchtgelee.

2. Frühſtück: 1 Glas Sahne (Rahm) mit Toaſt.

Mittageſſen: Tomatenſuppe, Kalbsfrikaſſee, Spinat, Kartoffelpüree, Obſt, Flammeri.

Nachmittags: wie 1. oder 2. Frühſtück.

Abendeſſen: Eierkuchen mit Obſtmus oder Karotten in Rahmſoße, Prinzeß-Kartoffeln.

Koſtverordnungen für Gichtiker.

Bei dieſer Krankheit ſoll man alle purinreichen Nahrungsmittel ausſchalten, weil ſie die Bildung von Harnſäure begünſtigen, die der Organismus nicht ausſcheiden kann.

Wir vermeiden in dieſer Koſt alle Eingeweide, allzu viel gebratenes Fleiſch, auch Bouillon. Von Fiſchen vermeiden wir Heringe, Sprotten, Anchovis, Sardinen.

Von Gemüſen ſind verboten: Spinat, grüne Erbſen, Pilze, die Hülſenfrüchte.

Übermäßiger Genuß von Kakao, Kaffee, Tee iſt ſchädlich.

1. Frühſtück: Milch, Brötchen, Butter, Honig.
2. Frühſtück: Obſt oder ſalzarmer Käſe.

Mittageſſen: Gerſtenſuppe oder Fruchtſuppe, Ochſenfleiſch oder Kalbfleiſch, gekocht. Karotten, Kartoffeln, Salat, Aprikoſencreme.

Nachmittags: wie 1. Frühſtück.

Abends: Rohkoſt, Grießauflauf, Kompott.

Koſtverordnungen für Zuckerkranke.

Um Koſtverordnungen für Zuckerkranke aufzuſtellen, iſt unbedingt notwendig, daß eine Diagnoſe des Arztes vorliegt.

Im allgemeinen kann geſagt werden, daß vor allem ſolche Nahrungsmittel in Betracht kommen, welche zucker- und ſtärkefrei ſind, doch gibt es auch Fälle von Zuckerkrankheit, bei welchen Stärke (Kohlenhydrate) zugeführt werden muß. Die gebotene Menge muß vom Arzt vorgeſchrieben werden.

Es gibt auch ſogenannte Schontage für Zuckerkranke, z. B. Gemüſetage, an denen keine Stärke und kein Fleiſch gegeben wird. Ein Küchenzettel für einen leicht Zuckerkranken ſoll im folgenden gegeben werden:

1. Frühſtück: Kaffee oder Tee mit (Sahne (Rahm), mit Süßſtoff (G-Packung oder H-Packung) geſüßt, 10 Gramm Luftbrot, Butter, 1 Ei oder kalter Braten oder Schinken.
2. Frühſtück: 80 Gramm gebratener Speck, ſaure Gurke oder 50 Gramm Käſe.

Mittageſſen: 250 Gramm Bouillon mit Gemüſe-Einlage, 125 Gramm Fleiſch, gekocht oder gebraten, 250-300 Gramm Blattgemüſe, 50 Gramm Salat. Creme aus 1 Ei und 30 Gramm Sahne (Rahm) bereitet oder mit ebenſo viel Mandeln oder Nüſſen.

Nachmittags: Kaffee oder Tee mit Sahne (Rahm), der erlaubten Menge Grahambrot, Diabetiker-Marmelade.

Abendeſſen: 250 Gramm Bouillon mit Gemüſe-Einlage, Omelette von 2 Eiern, 250 bis 300 Gramm Blumenkohl, 150 Gramm Tomaten.

Ein Gemüſetag für Zuckerkranke kann beſtehen aus:

1. Frühſtück: Tee, Kaffee, Luftbrot, Butter, 50 Gramm Speck gebraten.
2. Frühſtück: 250 Gramm Gemüſe-Bouillon mit Knochenmark.

Mittageſſen: 250 Gramm Fleiſchbrühe mit Gemüſe-Einlage, 2 Eier, viel Blattgemüſe und Salat, 50 Gramm gebratenen Speck.

Nachmittags: Tee oder Kaffee mit Luftbrot und Butter.

Abends: Gemüſe und Salat.

Zu den Schonkoſten mit Kohlenhydraten zählen die ſogenannten Hafertage nach Dr. Noorden, die Falta'ſche Mehlfrüchtekoſt u. a. m. Doch würde das den Rahmen des in dieſer Schrift Notwendigen überſteigen und immer die Vorſchrift des Arztes als Vorausſetzung haben.

Koſtverordnungen für Nieren- und Herzkranke.

Die Durchführung einer geeigneten Diät ſteht bei Erkrankungen der Niere im Vordergrunde der ärztlichen Vorſchriften.

Tagesmenü für Nieren-Schonkoſt: Die Zubereitung iſt ſalzlos. Was an Salz erlaubt iſt, gibt man den Patienten in abgewogener Menge zum Gebrauch.

1. Frühſtück: ¼ Liter Milch oder Malzkaffee mit Milch oder Rahm, oder leichten Tee, ſalzloſes Brot, Butter, Marmelade.

2. Frühſtück: Obſt oder Kompott.

Mittageſſen: Blumenkohlſuppe, Serviettenkloß oder Semmelpudding mit Holländiſcher Soße ohne Fleiſchbrühe, Spinat, geröſtete Kartoffeln, Salat. Kirſchenkuchen.

Nachmittags: wie 1. Frühſtück.

Abendeſſen: Kartoffel-Nudeln, Salat, Karotten. Erdbeeren mit Schlagrahm.

Je nach der Vorſchrift des Arztes kann man bei der Mittagsmahlzeit 100 Gr. Fleiſch oder 125 Gramm Fiſch zulegen.

Ferner unterſcheidet man noch die verſchiedenen Schontage für Nierenkranke.

Als ſolche werden u. a. angeführt:

1. Obſttage. Man gibt Obſt oder Kompott aus zirka 1 Kilo Obſt.

2. Milchtage. Der Kranke erhält 800 bis 1000 Kubikzentimeter Milch.

Auch Kartoffeltage, Reistage beſtimmt der Arzt.

Bei Nierenſteinen, Erkrankungen des Nierenbeckens uſw. wird oft zweckmäßig eine Koſt mit Säureüberſchuß gegeben. Grundſatz: Wenig Flüſſigkeit, je nach dem Krankheitsfall.

Tagesmenü: Für Koſt mit Säureüberſchuß:

1. Frühſtück: Waſſerkakao, eventuell mit Eigelb oder Schleimſuppe, Semmeln oder Brot mit Butter.

2. Frühſtück: Käſebrot.

Mittageſſen: Nudelſuppe, Rindsbraten, Reis. Roſenkohl (faſt das einzige Gemüſe mit Säureüberſchuß).

Nachmittags: Trinkſchokolade mit Waſſer hergeſtellt, Nußkranz oder Semmeln.

Abendeſſen: Gelee-Hering, kalte Platte, Brot und Butter.

Tagesmenü für Koſt mit Baſenüberſchuß. Grundſatz: Viel Flüſſigkeit, je nach dem Krankheitsfall.

1. Frühſtück: Tee, Kaffee oder Milch, Pumpernickel, Marmelade.

2. Frühſtück: 1 Glas Buttermilch oder ſaure Milch.

Mittageſſen: Gemüſeſuppe mit Waſſer gekocht, Kartoffelbrei, Gemüſeplatte aus Blumenkohl, Tomaten (Vorſicht bei Oxalatſteinen!), Karotten nur in Waſſer gedämpft ohne Fettzuſatz, gedünſtete Äpfel mit Kaſtanienbrei.

Nachmittags: wie Frühſtück.

Abendeſſen: Blutwurſt mit Sauerkraut, Salzkartoffeln, Orange.

Koſtverordnungen bei Maſtkuren.

Man unterſcheidet angeborene Magerkeit und Magerkeit, welche nach einer ſchweren Krankheit eintritt. Jede Magerkeit muß nach anderen Regeln diätetiſch beeinflußt werden.

Iſt zu wenig Magenſäure vorhanden, muß man diätetiſch anders arbeiten, als wenn der Patient zu viel Magenſäure hat.

Eine Hauptregel bei Maſtkuren iſt: Der Nahrungswert der einzelnen Nahrungsmittel ſoll hoch ſein und man ſoll den Nahrungswert der einzelnen Speiſen noch erhöhen durch Zugabe von Schlagrahm, Eidotter, Zucker, Schokolade, Butter uſw.

Viel Wert ſoll man auch auf die Soßen legen und dieſelben mit Rahm und Eigelb legieren.

Beiſpiel eines Tagesmenüs:

1. Frühſtück: Sahnekakao oder Sahne mit Tee oder Kaffee, viel Butter, Brötchen, Honig, 2 weiche Eier.
2. Frühſtück: Ein Mehlgericht wie Grießbrei oder Reisbrei.

Mittageſſen: Eine kleine Taſſe Bouillon, Rahmſchnitzel, Kartoffelpüree, Gemüſe, in Butter geſchwenkt, Salat, Kompott. Eine große Portion Süßſpeiſe, 1 Glas Mondamin-Milch.

Nachmittags: 1 Taſſe Schokolade mit Torte oder Gebäck.

Abendeſſen: Suppe, Omelette mit Schinken, Kompott, Salat, Creme, Käſe mit Butter. Um 21 Uhr 1 Glas Sahne (Rahm).

Koſtverordnungen bei Entfettungskuren.

Die Entfettungskur wird jenen Kranken vom Arzt verordnet, deren Gewichtshöhe der Größe, dem Alter und dem Geſchlecht nicht entſpricht. Die Verpflegung des Patienten hängt von der Urſache des Zuſtandes ab und muß immer individuell ſein.

Die Patienten ſollen womöglich nicht mit anderen Familienmitgliedern eſſen.

Zu einer erfolgreichen Fettſuchtbehandlung braucht man nicht Wochen, ſondern Monate.

Die Hausfrau muß die chemiſche Zuſammenſetzung der Nahrungsmittel kennen und ſich bei Bereitung einer abwechſlungsreichen Koſt ſtreng an die Anordnungen des Arztes halten.

Tagesmenü für einen Fettſüchtigen:

1. Frühſtück: Eine kleine Taſſe Kaffee oder Tee mit Süßſtoff, 50 Gramm Grahambrot, 50 Gramm ſalzarmer, fettloſer Schinken oder Braten.
2. Frühſtück: 250 Gramm Obſt.

Mittageſſen: 200 Gramm Fleiſchbrühe mit 5 Gramm Grieß, 150 Gramm Ochſenfleiſch geſotten, 150 Gramm Bouillonkartoffeln, 150 Gramm Rote Rüben-Salat.

Nachmittag: 1 kleine Taſſe Tee oder Kaffee mit Süßſtoff.

Abendeſſen: Omelette von 2 Eiern, Rohkoſt aus 400 Gramm Gemüſen, 100 Gr. Endivienſalat, 15 Gramm Öl.

Neuzeitliche Koſtformen.

Die Beſtrebungen der neuzeitlichen Ernährungslehre gehen dahin, das tieriſche Eiweiß aus dem Ernährungsprogramm faſt ganz zu ſtreichen. Gemüſe und Früchte ſollen möglichſt friſch und, wenn mit Hitze zubereitet, nur ganz kurz gedämpft verabreicht werden.

Gerſon-Sauerbruch-Diät.

Dieſe Diät iſt eine kochſalzfreie, ſtärkearme Ernährungsform.

Verboten ſind alle Konſerven, geräuchertes Fleiſch, mit Salz konſervierte Nahrungsmittel, Suppenwürfel uſw.

Vorwiegende Verwendung finden pflanzliche, lebende Nahrungsmittel.

Verminderte Verwendung finden tieriſche Eiweißſtoffe, wie Fleiſch, Fiſch, Wild, Geflügel, Eingeweide.

Ein Tageskoſtzettel ſetzt ſich ungefähr folgendermaßen zuſammen:

1. Frühſtück: Hafergrütze mit Saft.
2. Frühſtück: Zitronenſaft mit Eigelb, Brot mit Butter, Tomaten, gewiegte Zwiebeln mit Quark.

Mittageſſen: Rohes Obſt, Käſe-Auflauf, Schwarzwurzelgemüſe, Salat, Kümmelkartoffeln, Vanille-Creme.

Nachmittag: Milch, Joghurt, Sauermilch, Brot, Honig, Butter.

17 Uhr: Obſtſaft oder Gemüſeſaft.

Abendeſſen: Rohkoſt mit weißem Käſe, Mondamin-Flammeri mit Obſtſaft.

Koſtform nach Bircher-Benner.

Der Schweizer Bircher-Benner führt in ſeiner Ernährungslehre aus, daß in den pflanzlichen Zellen jedes kleinſte Atom beladen oder angehäuft iſt mit Sonnen-Energie.

Die pflanzliche Nahrung ſei der tieriſchen weit überlegen.

Die pflanzliche Nahrung ſei um ſo wertvoller, je unveränderter ſie genoſſen wird.

Jede Veränderung durch Hitze (Kochen), durch Bakterientätigkeit beim Lagern, aber auch bei der Gärung, z. B. Sauerkraut, Käſe uſw. bringt Verluſte an Energie mit ſich.

Ein Tageskoſtzettel mit ausſchließlicher Friſchkoſternährung ſieht folgendermaßen aus:

1. Frühſtück: Bircher-Muesli mit Nüſſen, friſches Obſt, Tee von Hagebuttenkernen oder Pfefferminztee.

Mittageſſen: Obſt- oder Früchte-Kaltſchale, Nüſſe, Friſchgemüſe-Gericht, Obſt- oder Traubenſaft.

Abendeſſen: Früchtegericht mit Nußzugabe, Rohgemüſegericht, Obſt, Pfefferminz- oder Hagebutten-Tee.

Außerdem gibt es Rohkoſttage mit Zulagen, wie Gemüſebouillon, in der Schale gebratene Kartoffeln uſw. Ferner Übergangskoſttage und Normalkoſttage, letztere ſtellen eine Koſtform dar, welche auch gekochte Speiſen in den Küchenzettel aufnimmt.

Mazdaznan-Ernährungslehre.

Die Mazdaznan-Ernährungsgrundſätze ſind weltanſchaulich unterbaut. Grundprinzip iſt Reinheit der Seele und des Körpers zwecks Schaffung der beſten Entwicklungsmöglichkeit für die Menſchen.

Nach Mazdaznan hat die weiße Raſſe die höchſte Entwicklungsfähigkeit. Vorausſetzung dieſer Reinheit iſt Reinigung und Reinhaltung des Blutes durch bewußtes Atmen, Körperpflege und ſinnvoll zuſammengeſtellte Ernährung.

Ernährungsgrundſätze.

1. Kein Fleiſch (überhaupt nichts vom toten Tier). Die nicht zu vermeidende Fäulnisgefahr ſei nicht zu vereinen mit dem Reinheitsgedanken. Die anregende Wirkung des Fleiſches auf Herz und Nieren wird zwar anerkannt. Die anregende Wirkung aber ſei zu erſetzen durch Kräuter und Gewürze.

2. Keine unnötige Belaſtung des Verdauungskanals. Daher zu einer Mahlzeit: nicht zweierlei Eiweiß, nicht zweierlei Stärke, nicht Gemüſe und Obſt.

3. Keine Überſäuerung und Gärung, daher: rohes Obſt ohne Zucker, Gemüſe ohne Mehl, Gebäck ohne Sauerteig oder Hefe.

4. Keine Konſerven.

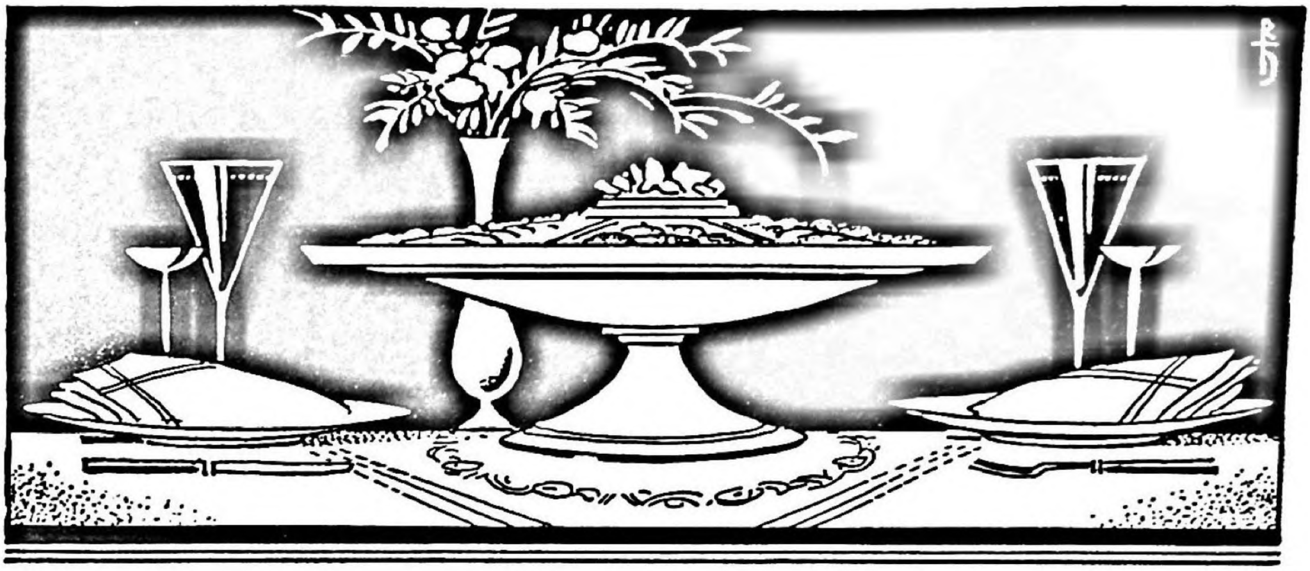
Ein Mittageſſen ſetzt ſich ungefähr folgendermaßen zuſammen: Gemüſeſuppe, kleiner Salat aus Sauerkraut, Karotten, Quark, Kartoffelpuffer mit Preißelbeeren.

Ein Abendeſſen beſteht beiſpielsweiſe aus: Schrotbrot mit Olivenbutter, Käſe, Salat.

Zum Schluß iſt noch kurz die Mineralſtofflehre von Ragnar Berg, dem Chemiker und Phyſiologen (Weißer Hirſch in Dresden) zu erwähnen.

Dieſer hat ſich für die Bedeutung der Mineralſtoffe im Körperhaushalt des Menſchen ganz beſonders eingeſetzt. Er ſtellt feſt, daß die eine Klaſſe der Lebensmittel einen Baſenüberſchuß aufweiſt und die andere einen Überſchuß von Säurereſten, d. h. Stoffe, die Säure bilden. Einen Überſchuß von ſäurebildenden Mineralbeſtandteilen, alſo an Schwefel, Phosphor und Chlor haben alle Fleiſcharten, Eier uſw. Einen Überſchuß an Baſen, alſo laugenhaften Teilen, haben alle Früchte (mit Ausnahme der Preißelbeeren) und die Gemüſe (mit Ausnahme von Roſenkohl). Es iſt beſonders darauf hinzuweiſen, daß die ſogenannten organiſchen Säuren für dieſe Frage nicht berückſichtigt werden. So iſt es kein Widerſpruch, daß z. B. die ſtarkſaure Zitrone Baſenüberſchuß aufweiſt. Sie wird im Körper zu Kohlenſäure und Waſſer abgebaut, hinterläßt alſo keine Schwefel-, Phosphor- oder Chlorreſte. Wenn wir alſo Speiſen mit Säureüberſchuß genießen, ſo wird dieſer nur aus dem Körper entfernt, wenn ihm genügend Baſen zur Verfügung ſtehen.

Zum Schluſſe dieſer Ausführungen über neue Koſtformen iſt der Hausfrau zu raten: Prüfe, wähle und eigne dir das an, was dir und deiner Familie am zuträglichſten iſt, und vor allem frage den Arzt, ob er dieſe oder jene Koſtform für die einzelnen Familienmitglieder geeignet hält.



Das neuzeitliche Garnieren

Anrichten – Tiſch decken – Servieren – Geſelligkeit

Garnieren heißt eigentlich richtig ſtellen, richtig ſtellen in dem Sinn, wie es am ſchönſten ausſieht. Man kann darüber keine genau zu befolgenden Regeln geben. Es gehören dazu Verſtändnis, Geſchmack und angeborener Kunſtſinn. Eine geſchmackvolle Garnitur kann man nicht in ein beliebiges Schema zwingen, kann man nicht anlernen, wie vieles nicht, das mit dem Kochen zuſammenhängt. Man muß ſich dabei immer nach den Umſtänden richten und der Speiſe, mit der man es zu tun hat, ferner ſpielt noch das paſſende Geſchirr eine Rolle, die nicht unwichtig iſt. Eine an ſich vielleicht unanſehnliche Speiſe ſoll durch geeignete Garnierung anſehnlich und appetitanregend gemacht werden. Eine ſchöne Garnierung wirkt nicht nur anregend auf den Schönheitsſinn des Menſchen, ſondern es erfreut ſchon der Anblick der geſchmackvoll angerichteten Speiſe, ſie wird bekömmlicher, begehrenswerter und mundgerechter gemacht, und dies alles zuſammen wirkt anreizend auf den Appetit, und damit ſind auch die wichtigſten Aufgaben der Garnierkunſt aufgezählt.

Zur Garnierung verwendet man nicht nur Peterſilienſträußchen, Tomatenſcheiben, Zitronenſpalten uſw., ſondern auch die verſchiedenſten Salate, ob es nun grüner Salat, Blumenkohl-, Roſenkohl-, Gelbe Rüben-, Sellerie-, Tomaten-, Kraut-, Kartoffel- oder anderer Salat iſt, ſowie Gemüſe, z. B. Blumen- und Roſenkohl, und die verſchiedenen Zuſpeiſen, die man in das Ganze ſchön eingeordnet auf der Platte anrichtet.

Es folgen verſchiedene Speiſen, die man zu Garnierungen verwenden kann.

Zu Fleiſch und Fiſchen

Kartoffeln auf Gelbe Rüben-Art.

Man ſchält Kartoffeln, zerdrückt ſie noch heiß, ſalzt nach Geſchmack, miſcht etwas Mehl dazu, formt ſie dann wie kleine Gelbe Rüben, dreht ſie in Ei, Bröſeln und bäckt ſie in Fett heraus. Beim Anrichten ſteckt man ihnen je ein kleines Äſtchen Peterſilie am Kopfende ein.

Kartoffelkrapfen, Hörnle, Bällchen.

Geſchälte Kartoffeln werden noch heiß zerdrückt, mit angelaufenen Zwiebeln und Peterſilie, 1 Ei, etwas ſaurem Rahm und Salz gemiſcht, eine Kleinigkeit Mehl dazu gegeben und zu einem Teig gemacht. Dieſen treibt man fingerdick aus, ſticht ihn dann rund oder mit dem Hörnchenſtecher aus oder formt Kugeln und bäckt ihn auf allen Seiten in Fett.

Kartoffeln gefüllt.

Bratenreſte ſchneiden, Zwiebeln dünſten, das Geſchnittene hineingeben, aufdünſten, auskühlen, Ei mit ſaurem Rahm und Salz abſprudeln, mit der Miſchung die gekochten, geſchälten, ausgehöhlten Kartoffeln füllen. Dieſe in eine mit Fett geſtrichene Kaſſerolle geben, Rahm und Butter darübergießen, bei guter Oberhitze backen.

Reis mit Käſe in Förmchen.

Man dünſtet Reis, miſcht ihn mit geriebenem Parmeſankäſe, drückt ihn in kleine mit Butter ausgeſtrichene Formen und läßt dieſe im heißen Waſſerbad mit Oberhitze ſtehen bis zum Anrichten. Dann ſtürzt man ſie und beſtreut den Reis noch mit Käſe.

Reis mit Schinken.

Die Formen werden, wie oben, mit Fett ausgeſtrichen, dann mit gewürfeltem Schinken und weich gedünſteten Erbſen ausgeſtreut und der Reis hineingedrückt, geſtürzt.

Oder: Man dünſtet den Reis mit Krebsbutter ſchön rot und formt ihn dann.

Reis mit Pilzen oder Champignons.

Peterſilie, Schalotten, Pilze oder Champignons läßt man in Butter anlaufen, dünſtet damit den Reis und ſtreut die Formen mit gehackter Peterſilie aus, ehe man den Reis hinein gibt. (Stürzen.)

Oder: Man gibt gedünſteten Reis in eine ausgeſtrichene und mit Spargel, Blumenkohl oder ausgelöſtem Krebsfleiſch ausgeſtreute Reifform, läßt 15 Minuten im Waſſerbad kochen, ſtürzt ihn dann und ſerviert in die Mitte das Fleiſch mit Soße oder Ragout.

Nudeln. (Garnierung zu Ragouts, Wild, Schmorbraten und ähnlichen Fleiſchgerichten.)

Kurz und breit geſchnittene Nudeln kocht man in Salzwaſſer und gibt ſie dann in mit Butter gelb angelaufene Bröſeln.

Oder: Man miſcht die gekochten Nudeln mit in Bratenfett angelaufener Peterſilie, richtet ſie an, eventuell um das Fleiſch herum, und ziert mit Peterſilienſträußchen.

Oder: Die gekochten Nudeln in Butter ſchwenken, Peterſilie und Parmeſankäſe darüber geben. In einer Kranzform mit abgeſprudeltem Ei übergießen, im Rohr kurz aufziehen.

Waſſernocken.

Von ½ Liter heißem, geſalzenem Waſſer und 1 Pfund Mehl macht man einen ziemlich weichen Teig, ſchlägt ihn gut ab, gibt kleine Nocken in kochendes Waſſer, kocht ſie auf und gibt ſie dann auf ein Sieb, brauſt im kalten Waſſer ab und überſchmälzt ſie dann mit in Fett oder Butter geröſteten Bröſeln.

Kleine Semmelknödel (ſiehe Knödel).

Speckknödel

macht man auf dieſelbe Art wie Semmelknödel, nur ſchneidet man noch Speck würfelig und gibt ihn in den Teig; die Knödel formt man etwas kleiner. — Auf dieſelbe Art kann man auch Knödel von Bratenreſten, Schinken, Wurſt, Fleiſchreſten uſw. machen.

Seekrabben. (Garnierung zu Fiſchſpeiſen.)

Man kocht ſie und gibt ſie als Garnierung zu Fiſch. Man kann dazu nur kleinere Krabben nehmen.

Krebſe.

Man kocht ſie, löſt das Fleiſch aus und verwendet es zur Garnierung von feinen Gerichten wie Ragouts, Fiſchen uſw.

Eier.

Hart gekochte Eier werden auf Salat oder mit Radieschen, Blumenkohl, Sardellen, Kapern, Tomaten uſw. zu kalten Fleiſchſpeiſen oder Fiſch gegeben. Man ſchält und halbiert oder viertelt ſie.

Eier gefüllt (ſiehe Eierſpeiſen).

Eier mariniert gefüllt.

Man ſchneidet gekochte Eier der Länge nach durch, nimmt die Eigelb heraus, mariniert das Weiße mit Eſſig, Öl, Salz und Pfeffer, ſchneidet die Hälfte der Eigelb mit Sardellen, Eſſiggurken oder Eſſigpilzen klein würfelig, füllt dies in die marinierten Eier; die übrigen Eigelb rührt man mit Eſſig, Öl, Senf oder Kräuterſenf und Aſpik auf Eis zu einer dicken Soße, gibt dieſe um kaltes Fleiſch und ſtellt die gefüllten Eier darauf.

Diverſe Spezialplatten in der Garnierung

Wiener Schnitzel.

Ein paniertes Kalbsſchnitzel ohne Soße, Zitronenſcheibe, Sardellenring. (Schweinsſchnitzel oder Kotelette, paniert, ebenſo anrichten.)

Schnitzel Holſtein.

Kalbsſchnitzel Natur, Spiegelei, Sardellenring, 3 Garnituren, dabei Rote Rüben.

Pariſer Schnitzel.

Kalbsſchnitzel Natur in Omeletteteig eingeſchlagen, Champignonköpfe darauf legen.

Türkiſches Schnitzel.

Kalbsſchnitzel Natur auf Reisſockel, Soße von Tomaten.

Schnitzel Aſtrachan.

Kalbsſteak Natur mit einem Streifen Kaviar, rechts davon gehacktes Eiweiß, links gehacktes Eigelb.

Paprikaſchnitzel.

Ein gut papriziertes Kalbsſchnitzel naturell, in Streifen geſchnittene Paprikaſchoten, halb glaſiert.

Sardellenſchnitzel.

Kalbsſchnitzel Natur, gitterartig mit Sardellen belegt.

Kaiſerſchnitzel.

Kalbsſchnitzel, auf einer Seite geſpickt, Rahmſoße.

Schwäbiſcher Roſtbraten.

Zwiebeln, Roſtbraten mit 3 Garnituren, dabei Spätzle.

Eſterhazy-Roſtbraten.

In Streifen geſchnittene Gemüſe dämpfen, mit Bratenſoße auffüllen. Roſtbraten wie gewöhnlich.

Stefani-Roſtbraten.

Roſtbraten, auf einer Seite paniert.

Schweinskotelette-Weſtmoreland.

In Würfel geſchnittene Gurken in Bratenſoße aufkochen. Das Kotelette Natur.

Zerlegen—Anrichten

Schönes Anrichten iſt eine Kunſt, die viel Geſchmack erfordert. Um aber dieſe Kunſt erſt richtig ausüben zu können, muß man verſtehen, das verſchiedene Fleiſch, Braten uſw. kunſtgerecht zu tranchieren, d. h. zu zerlegen. Dazu gehört vor allen Dingen ein ſtarkes, langes, biegſames, ſcharfes Meſſer und eine ſcharfe zweizinkige Gabel mit ſchlanken Zinken, die keine großen Löcher in das Fleiſch reißt.

Das zu zerlegende Fleiſch ſoll möglichſt ſchnell tranchiert werden, damit es nicht kalt und trocken wird. Man ſoll das Fleiſch nicht mit den Fingern, ſondern nur mit Meſſer und Gabel berühren; dies gilt im beſonderen dann, wenn das Fleiſch, der Braten u. a. erſt bei Tiſch von der Hausfrau zerlegt wird, was aber heute nicht mehr Sitte iſt. Zu beachten iſt, daß zerlegtes Fleiſch in der Küche, mit Butterpergamentpapier bedeckt, in der Röhre heiß geſtellt werden muß. (Soße darübergeben.)

Bei Rindfleiſch und Braten muß darauf geachtet werden, daß man beim Zerlegen immer quer über die Faſern das Fleiſch herunter ſchneidet. Ändert ſich die Richtung der Fleiſchfaſer, ſo trennt man dieſes Stück ab und zerlegt es für ſich. Das Fleiſch wird in möglichſt gleich große Scheiben geſchnitten, die man eventuell noch etwas zurecht macht. Am beſten iſt es, die Fleiſchſtücke ſchon beim Zubereiten auf das Tranchieren hin zurecht zu ſtutzen. Iſt das Fleiſch ſehr weich, was bei zarten, jungen Fleiſcharten ſehr leicht der Fall iſt, ſo muß man es etwas ſchräg ſchneiden oder man ſchneidet es keilförmig, d. h. ein Ende dick und das andere dünn zulaufend.

Die fertig zerlegten Fleiſchſtücke gibt man zuſammengeſchoben auf die Platte oder man legt ſie ſtufenförmig darauf, d. h. ein Stück ſchräg über das andere, ſo, daß das erſte Stück drei Viertel vom zweiten, und dieſes wieder vom dritten uſw. bedeckt iſt, oder man legt es auch in verſchiedenen Reihen auf. Die Garnierung kommt ſo angeordnet auf die Platte, daß weder der Rand noch das Fleiſch davon bedeckt wird. Bei verſchiedenen Garnierungen gibt man dieſe als kleine Abteilungen, mit den Farben abwechſelnd, um das Fleiſch herum.

Roaſtbeef = engliſcher Braten, muß ſehr heiß angerichtet werden und wird darum erſt ganz kurz vor dem Servieren aufgeſchnitten. Man kann ihn auch im Speiſezimmer ſelbſt auf einem Nebentiſch zerlegen, wenn man dies nicht gleich bei Tiſch ſelbſt tun will. Filet (der Filetbraten), dieſes beſſere, weil zartere Fleiſch, ſchneidet man in dünne gleichmäßige Scheiben. Bratenſaft, Mixed Pickles, kleine Kartoffeln, geriebenen Meerrettich, Senf uſw. gibt man in beſonderen Geſchirren auf den Tiſch. Filet garniert man mit vielerlei warmen feinen Gemüſen.

Wild, z. B. Rücken von Hirſch, Reh, Gemſe, Haſe, zerlegen und anrichten ſiehe unter „Wild“.

Schinken warm. Die Schwarte wird abgelöſt, das Fleiſch aufgeſchnitten, wieder zuſammengeſchoben und mit oder ohne Bein ſerviert.

Von kaltem Schinken löſt man die Schwarte, ſchneidet das Fleiſch längs des Knochens in 2 großen Stücken ab und teilt dieſe mit einem recht feinen und ſcharfen Meſſer möglichſt fein querüber; dabei ſoll man aber mit dem Meſſer nicht viel hin und her ziehen, ſondern einfach nur durch Niederdrücken ſchneiden. Beim Anrichten legt man die minder ſchön geſchnittenen Stücke unten hinein. Die angerichtete Schinkenplatte garniert man in der Mitte mit Butterröschen, Radieschen, Peterſilienſträußchen oder mit harten Eiern in Aſpik, oder auch nur mit geriebenem Meerrettich und einigen Sträußchen Peterſilie.

Indian oder Truthahn, Poularde, Kapaun, Gans, Ente zerlegen und anrichten ſiehe unter „Hausgeflügel“.

Tauben, junge Hühner, Hähnchen teilt man in 2 Schlegel, 2 Flügel-, 2 Bruſt- und 1 Rippenſtück; ſind ſie aber ſehr klein, ſo werden ſie nur in der Mitte durchgeſchnitten. Kopf und Hals läßt man am beſten weg, auf jeden Fall aber bei feineren Eſſen. Bei halbierten Tieren läßt man die Fülle drinnen, andernfalls nimmt man ſie heraus und ſchneidet ſie in feine Scheiben, die man um das Fleiſch herum anrichtet.

Größeres Wildgeflügel wird wie Indian geteilt. Den Kopf mit dem Schnabel nach oben ſetzt man auf das angerichtete Fleiſch.

Kleineres Wildgeflügel zerlegt man wie junge Hühner, Hähnchen uſw. oder auch nur der Länge nach; dies beſonders dann, wenn das Tier gefüllt iſt. Teilt man es in Schlegel, Bruſt und Rücken, dann macht man aus der Bruſt ſtatt zwei, drei Stücke der Länge nach.

Geflügellebern, die man im ganzen bereitet hat, werden in der Mitte der Länge nach durchſchnitten, dann in ſchräge Scheiben geſchnitten und wieder zuſammengeſchoben, ſeitlich auf der Platte mit ſerviert.

Faſanen ſiehe bei Wildgeflügel.

Spanferkel. Man trennt den Kopf ab, indem man im Hals einen Einſchnitt macht und das Meſſer rund herum führt. Dann ſchneidet man die Ohren, hierauf die übrigen Haut- und Fleiſchteile in ſchönen Stückchen ab, teilt die Hirnſchale, nimmt das Hirn heraus, beſtreut es mit Salz, Pfeffer uſw. und richtet es in der Mitte der übrigen Kopffleiſchteile an. Man macht längs des Rückens einen tiefen Einſchnitt, löſt die Schultern und Keulen aus, ſchneidet das Fleiſch in ſchöne Scheiben und den Rücken in zweifingerbreite Stücke. Das Schwänzchen wird meiſt nicht zur Tafel gegeben, beſonders bei größeren Eſſen nicht. Man achte darauf, daß das Zerlegen ſehr raſch geſchieht, da ſonſt das Knuſperige weich und unſchmackhaft wird.

Köpfe von Kalb und anderen Schlachttieren werden wie der Kopf von Spanferkel zerlegt; die Zunge ſchneidet man der Länge nach durch (beſonders ſehr große Zungen), dann jeden Teil in fingerdicke Scheiben (ſchräg), die man zuſammengeſchoben in der Mitte des anderen Fleiſches anrichtet. Das Hirn wird gewürzt und ſeparat ſerviert.

Wildſchweinskopf wird vielfach vom Hausherrn ſelbſt bei Tiſch zerlegt. Vom Halsſchnitt angefangen, ſchneidet man ihn in Scheiben, weiter oben wird er in dünne Scheiben zerlegt. Man kann ihn warm oder kalt geben. Wird er kalt ſerviert, ſo garniert man ihn mit Aſpik oder der eigenen Sulz.

Friſche Rindszungen werden in der Mitte durchſchnitten, beide Teile in fingerdicke ſchräge Scheiben zerlegt und wieder zuſammengeſchoben ſerviert.

Räucher- oder Pökelzunge werden nicht geteilt, aber in ſchräge Scheiben geſchnitten. Warm ſchneidet man ſie fingerdick, kalt in ſehr dünne Scheiben. Alles Unſchöne wird entfernt, ebenſo der Anſchnitt.

Frikaſſee ſchichtet man in ovaler flacher Schüſſel wie eine Pyramide auf, die beſten Stücke gibt man oben drauf. Die Garnierungen legt man um den Rand.

Bei Ragouts verfährt man wie bei Frikaſſee.

Fiſche, ſoweit es Portionsfiſche ſind, bringt man unzerlegt zu Tiſch; handelt es ſich um größere Fiſche wie Hecht, Lachs uſw., ſo löſt man ſie der Länge nach vom Rückgrat, ohne ſie wegzunehmen, und bezeichnet die Stücke, in die er zerlegt werden ſoll.

Hummern und Krebſe werden auf eine reine Serviette gelegt und mit einer zweiten bedeckt.

Mehlſpeiſen anrichten

Geſtürzte Speiſen und Puddings gibt man auf eine flache Glas- oder Porzellanſchüſſel mit Rand, überzieht ſie mit der Soße, gibt etwas davon nach unten und reicht das übrige geſondert dazu.

Gewöhnliche Mehlſpeiſen und ſonſtige ſüße Speiſen gibt man je nach ihrer Beſchaffenheit und Form auf ovale oder runde, flache oder tiefe Schüſſeln.

In Fett ſchwimmend gebackene Speiſen richtet man bergartig über eine ſchön gefaltete Serviette an. Die Soße uſw. gibt man geſondert dazu.

Speiſen, die in der Form angerichtet werden müſſen, umgibt man mit einer gefranſten Papiermanſchette, oder man legt eine Serviette herum, oder gibt ſie in einen Metalleinſatz.

Paſteten und Torten legt man auf ganz glatte, flache Platten. Torten unterlegt man mit Spitzenpapiermanſchetten, Paſteten mit einfachem, weißem Papier.

Kalte Süßſpeiſen wie Flammeri, Gelee, Kompotte gibt man in tiefe Glasſchüſſeln.

Kuchen, kleine Törtchen und kleinere Bäckerereien gibt man auf ganz flache Platten, Teller oder Aufſätze, die man mit Tortenpapier oder Spitzenmanſchetten unterlegt.

Verzuckerte, kandierte Früchte kommen einzeln in Papierkapſeln und mit dieſen auf den Teller, Aufſatz, Glas-, Porzellan- oder Silberkorb.

Friſche Früchte werden je nach der Zeit, auf echtem Weinlaub garniert, ſerviert. Die ſchönſte Seite richtet man immer nach außen. Bei größeren Eſſen richtet man die Früchte auf Glasaufſätzen pyramidenartig an oder auf niederem, flachem Aufſatz oder Obſtſchalen aus Blauglas halbkugelförmig, wobei man immer die ſchönſten Stücke oben bzw. an die Seiten gibt.

Beeren aller Art gibt man in Glasſchüſſeln, mit Weinblättern garniert, man reicht in Glas- oder Silberſchalen uſw. feinen Puderzucker dazu.

Legt man verſchiedene Früchte zuſammen auf, ſo trennt man die einzelnen Gattungen durch geſchmackvolles Anbringen von Weinblättern.

Melonen und dergleichen Früchte werden in Spalten geſchnitten und von den Kernen befreit; Ananas ſchneidet man in runde Scheiben und ſchiebt die Frucht wie ganz zuſammen; Orangen ſchält man von der äußeren und inneren Haut und überſtreut ſie mit Puderzucker; zu all dieſen Früchten gibt man noch Zucker geſondert.

Obſtſalate werden je nach Art geſondert angerichtet und in geteilter Platte ſerviert.

Die verſchiedenen Tiſchgetränke

Bei einfacheren Familieneſſen wird nur eine oder höchſtens zwei Sorten Wein gegeben, und zwar ein roter und ein weißer Tiſchwein. Man ſerviert ihn in geſchliffenen Flaſchen oder Glas-Kriſtall-Karaffen mit Glaskork oder in der Originalflaſche. — Bei feineren Eſſen gibt man auch zwei Sorten (rot und weiß) Wein in Karaffen, nach der Suppe aber feinere Weine wie Madeira, Sherry, Portwein uſw. in den Originalflaſchen. Zu Fiſchgerichten gibt man Rheinweine. Ebenſo zu Braten, dem man dann Champagner folgen läßt. Vor dem Braten kann man auch noch Bordeaux geben oder bei beſonders feierlichen Gelegenheiten Punche à la romaine = Eispunſch. Wo es Sitte iſt, wird Bier gleich nach der Suppe oder vor einem größeren Fleiſchgericht gereicht, und zwar in Kelchgläſern, meiſt am Abend bei Herreneſſen.

Zum Nachtiſch (Deſſert) kommen dann Deſſertweine wie Ausbruch, Malaga, Tokayer, Muskat Lunel, italieniſche oder auch griechiſche Süßweine (Haut sauterne).

Zum Mokka werden Liköre ſerviert wie Benediktiner, Maraschino, Aniſette, Curaçao uſw., auch friſches Waſſer oder gekühltes Mineralwaſſer.

Zu beachten iſt, daß Weißweine gut gekühlt, Champagner bis zum Servieren in Eis gekühlt und Rotweine, wie auch Süß- und Deſſertweine temperiert, d. h. bis auf 12 bis 15 Grad Celſius erwärmt ſein müſſen.

Beſonders feine und Lagerweine werden in jedem Fall in der Originalflaſche ſerviert, und zwar meiſt, ohne den auf den Flaſchen liegenden Kellerſtaub, Spinnweben uſw. abzuwiſchen, da dieſer in den Augen des Kenners einen beſonderen Wert beſitzt.

Bei Abendeſſen ſerviert man Bier, guten aber leichten Weißwein und Rotwein, zuletzt auch Champagner oder eine Bowle.

Zu Frühſtückseſſen gibt man wenige, aber dafür ſehr gute Weinſorten, und vorher auch Bier.

Anrichten in der Küche

Meiſt ſind nur in ganz großen Häuſern eigene Anrichträume mit Wärmeſchränken und -tiſchchen vorhanden. In den meiſten Fällen muß die Küche genügen, oder es wird bei beſonderen Gelegenheiten noch ein Nebenraum dazu genommen.

Da die beſte Speiſe an Anſehen und Geſchmack verliert, wenn ſie halb kalt oder angetrocknet auf den Tiſch kommt, hängt die gute Laune der Tiſchgäſte und der Erfolg der aufgewandten Mühe der Hausfrau in nicht geringem Maße vom richtigen Anrichten ab. Dazu gehört auch bei einem einfachen Eſſen Ruhe, Überlegung und Konzentration. Vorbedingung für eine raſche und reibungsloſe Abwicklung des Anrichtens iſt, daß die Küche in Ordnung, gebrauchtes Geſchirr aus dem Wege geräumt, der Tiſch ſauber, trocken und genügend Platz für die verſchiedenen Vorrichtungen wie Durchſeihen, Durchtreiben, Aufſchneiden uſw. geſchaffen iſt. Gerade das Verſäumen dieſer Vorbereitungen iſt meiſt die Urſache vieler kleiner Unglücksfälle kurz vor dem Auftragen und infolgedeſſen der „hochroten Aufregung", in der die Hausfrau bei Tiſch erſcheint, und die das Behagen ſo ſchnell gefährdet.

Alſo während des Garwerdens der Speiſen die Küche in Ordnung bringen, herumſtehendes Geſchirr am beſten ſpülen und wegräumen. Wenn keine Wärmevorrichtung am Herd vorhanden, Teller, Schüſſeln und Platten auf oder in heißem Waſſer warm ſtellen! Tabletts bereit ſtellen. Überlegen, welche Gerichte es vertragen können, kurze Zeit warm geſtellt zu werden, welche dagegen ſchnell eine Haut ziehen, wie dicke Soßen und heiße Cremes, die deshalb zuletzt angerichtet werden. Ferner rechtzeitig den Braten tranchieren und mit gefettetem Pergamentpapier bedeckt warm ſtellen, Kartoffeln, die das Stehen durchaus nicht vertragen, zuletzt anrichten. Soßengerichte kurz vor dem Auftragen umrühren oder begießen! Auf allen Schüſſeln und Platten Rand frei laſſen und dieſen, wenn nötig, nachreiben.

Bei den einzelnen Rezepten iſt meiſt das Anrichten der Speiſen angegeben. Allgemein gilt folgendes:

Kalte Platten können meiſt einige Stunden vorher gerichtet werden; ſie müſſen aber vor dem Trockenwerden geſchützt ſtehen. Am beſten ſtellt man ſie in eine breite Schüſſel oder ähnliches, bedeckt ſie mit Cellophanpapier und ſpannt über den Rand des Gefäßes ein feuchtes Tuch, das öfters erneuert wird. Gefärbte oder von Natur färbende Garnituren, wie Rote Rüben, gibt man erſt kurz vor dem Auftragen hinzu. Aufgeſchnittenes Brot hält ſich in Pergamentpapier friſch. Es wird ſchuppenartig in Schalen oder Körbchen auf einer kleinen Decke geordnet, Toaſt in Toaſtſtändern oder auf Glas- oder Porzellanplatten. Butter ſtellt man für den Familientiſch am beſten in Butterkühler mit Glaseinſatz oder in einer Doſe aus Steinzeug auf. Für beſondere Gelegenheiten und zu Garnituren werden mit Hilfe zweier gerippter Holzbrettchen kleine Butterkugeln geformt, die, in eine Pyramide oder Traube geſchichtet, auch für ſich auf einem Glasteller gereicht werden. Manchmal wird die Butter auch in Holzformen gepreßt, die man vorher am beſten kurz in warmes Waſſer gelegt hat. Käſe mit ſtarkem Geruch wird erſt kurz vor Gebrauch, und nur in Doſen mit Sturzglocke aufgetragen. Kleine Käſepackungen in Stanniol können im Familien- und Freundeskreiſe in der Packung auf kleinen Glasplatten angerichtet werden, ebenſo Sardinen in der geöffneten Doſe.

Bei der Butter muß ſtets ein kleines Meſſer, am beſten Buttermeſſer, beim Käſe ein Käſemeſſer, bei Sardinen ein Sardinenheber oder ein Hornlöffel liegen; ebenſo ſollen mit Eſſig konſervierte oder angemachte Gerichte wie Heringe, Salate, ſaure Gurken, Senf und dergleichen nur mit Vorlegebeſteck aus Horn, Bein, Perlmutter, Glas oder aus eigens präparierten Metallen angerichtet werden.

Zu gekochten Eiern gibt man Eierlöffel, da ſilberne Löffel durch die im Eigelb enthaltenen ſchwefelartigen Beſtandteile anlaufen. Spiegeleier ſollten in kleinen, flachen Pfännchen oder feuerfeſtem Porzellan oder Nickel gebacken und in denſelben ſerviert werden.

Aufläufe in Auflaufformen aus feuerfeſtem Porzellan oder hitzefeſtem Duraxglas können auf einen paſſenden Unterſatz geſtellt oder im dazu gehörigen Nickelrand aufgetragen, Puddings auf flache, runde Platten geſtürzt werden. Eisgekühlte Nachſpeiſen wie Gefrorenes, Cremes u. a. werden, ſofern ſie nicht auf flache Schüſſeln oder tiefe Platten geſtürzt werden, in entſprechenden Glas- oder Kriſtallſchalen angerichtet. Man reicht dazu kleines Gebäck oder Waffeln. Die für dieſe Speiſen beſtimmten kleinen Glastellerchen ſtehen auf größeren Porzellantellern. Zwiſchen beiden liegt ein meiſt geſticktes Leinendeckchen, das dazu beſtimmt iſt, das Klappern und Ausgleiten des Glastellers zu verhüten. Kalte Bowlen richtet man am vorteilhafteſten in eigenen Glasbowlen an, die Zwiſchenräume für klein geſchlagenes Eis beſitzen. In Ermangelung einer Glasbowle dient eine Suppenterinne, aus der auf der Anrichte die Gläſer gefüllt werden.

Bowlengläſer, ſowohl für kalte als auch heiße Bowle, ſollen kräftige Henkel haben; für heiße Bowle eignen ſich Gläſer mit Metallhalter. Zu beiden Bowlenarten reicht man kleines Gebäck oder Torte.

Tiſchdecken und Servieren

Die Unraſt und Raſchlebigkeit unſerer Zeit wirft leider auch ſtarke Schatten auf Familie und Haushalt. Die wirtſchaftliche Lage zwingt Söhne und Töchter in frühen Verdienſt und Beruf, und die Familie ſieht ſich kaum zu den Mahlzeiten. Um ſo mehr muß die Hausfrau den größten Wert darauf legen, dieſes Beiſammenſein beim Eſſen zu einer erfreulichen Angelegenheit zu geſtalten. Eine gewiſſe Kultur bei Tiſch ſowohl in bezug auf die äußere Form als auf die Stimmung der Tiſchgenoſſen iſt aber nicht allein abhängig von der Güte der vorgeſetzten Speiſen, ſondern in hohem Maße auch von der Anordnung des Tiſches und der Art, wie die Speiſen angerichtet werden.

Tiſchdecken.

Beim Decken auch des einfachſten Tiſches ſei der Leitgedanke Zweckmäßigkeit und geſchmackvolle Einfachheit. Alles Unnötige wirkt ſtörend, alles Überladene und Geſchmackloſe peinlich. Sorgfalt und Sauberkeit aber iſt erſtes Gebot. Wo die Verhältniſſe ein Wachstuch als Tiſchbelag erfordern, ſei es möglichſt hell und ſtets fleckenlos. Das derbſte Tiſchtuch gewinnt durch eine kleine Decke, durch ein paar aufgeſtellte Feldblumen. Die Teller ſollen immer blank gerieben, die Beſtecke glänzend geputzt ſein. Tiſchgeräte wie Salzbehälter, Meſſerbänke und dergleichen wähle man in einfacher Form und möglichſt aus Glas. Mundtücher bewahre man in waſchbaren Täſchchen oder in Zelluloidrollen auf. Wenn es die Jahreszeit erlaubt, ſollen in einer flachen Glas- oder Keramikſchale hübſch und loſe geordnete Blumen ſtehen. Hohe Vaſen und Aufſätze behindern die Unterhaltung und ſind daher längſt vom Eßtiſch verbannt. Schnittblumen können auch gelegentlich durch eine kleine blühende Topfpflanze erſetzt werden. Stühle mit Holzſitzen werden durch Auflagen von bunten Kiſſen aus waſchechten Stoffen hübſcher und bequemer. Das Licht der über dem Tiſch hängenden Lampe erzeugt eine gemütlichere Stimmung, wenn es durch einen farbigen Pergament- oder Seidenſchirm gedämpft iſt. Abhängig iſt dieſe Stimmung aber auch davon, daß für äußere Ruhe und

Pünktlichkeit beim Eſſen geſorgt wird, daß rechtzeitig und freundlich angeboten wird, und daß auch das Tiſchgeſpräch möglichſt erfreulichen Inhalt hat. Unangenehme Ereigniſſe berichte man lieber nach Tiſch, wo ſie meiſt mit mehr Ruhe aufgenommen werden, ebenſo verhüte man das Aufrollen von Streitfragen beim Eſſen. Je mehr innere und äußere Ruhe der Menſch zum Eſſen hat, um ſo beſſer verarbeitet der Körper die Speiſen, und um ſo günſtiger wird auch ſein ſeeliſches Wohlbefinden beeinflußt. Dieſe Harmonie und Kultur bei Tiſch herbeizuführen, verlangt oft viel Takt und Aufmerkſamkeit der meiſt ermüdeten Hausfrau; doch die Mühe lohnt ſich reichlich! Es kommt jene Freudigkeit auf, die Goethe in ſeinem „Tiſchlied“ vorſchwebt: Mich ergreift, ich weiß nicht wie, himmliſches Behagen...., und die gerade an einem Familientiſch nicht fehlen darf.

Beim Familienfrühſtück.

Runder und quadratiſcher Tiſch, wenn möglich an einem Blumenfenſter. Frühſtücksdecke und Porzellan in ruhigen Farben ſollen zuſammenpaſſen. Teller vor dem Gaſt. Tellerrand ein Zentimeter vom Tiſchrand. Rechts oben die Taſſe, Henkel nach rechts, Kaffeelöffel mit dem Griff nach rechts. Mundtuch mit Rand oder Verzierung, wenn es friſch iſt auf den Teller, ſonſt in einer Taſche oder, von Ring oder Band gehalten, links neben dem Teller. Meſſer ſchräg auf oder rechts neben dem Teller, die Schneide nach innen. Die Taſſe kann auch neben den Teller geſtellt werden, doch nur ſo, daß Tellermitte und die Mitte der Untertaſſe zuſammenſtimmen. Man kann die Taſſe auch auf den Teller ſtellen. Falſch dagegen iſt es, die Taſſe links vom Teller oder vor dieſen zu ſtellen.

Milch oder Rahm ſowie Zucker ſtehen auf einem kleinen Tablett und werden nach dem Einſchenken des Kaffees herumgereicht. Die Kaffee- oder Teekanne mit einer Wärmemütze bedeckt, ſteht rechts neben der Hausfrau oder der Tochter oder Stütze. Erſtere ſchenkt im Sitzen ein, letztere ſtehen dabei auf. Beim Würfelzucker kann eine Zuckerzange, bei Honig und Marmelade muß ein Löffel (Hornlöffel), bei der Butter ein Buttermeſſer liegen.

Reicher Frühſtückstiſch.

Dabei wird feineres Gedeck, Porzellan und Beſteck verwendet. Links neben dem Teller liegt die Gabel für Aufſchnitt, links oben auf einem kleinen Teller der Eierbecher mit dem Eierlöffel, über dem Teller ein Glastellerchen für Honig oder Marmelade, rechts davon ein Salzſtreuer. Der Aufſchnitt wird auf einer Glasplatte, hübſch verziert, gereicht. Eine Schale mit Obſt ſteht auf dem Tiſch.

Frühſtück auf dem Lande.

Im Freien oder auf der Veranda um einen Tiſch aus Rohrgeflecht bequeme Korbſtühle. Decke, Mundtücher, Stuhlkiſſen und Porzellan ſind bunt. Am beſten ſieht zu buntem Geſchirr aus Majolika oder Steingut eine einfarbige Decke mit buntem Rand um die Mitte oder am Saum aus. In flacher Keramikſchale ein Strauß Feld- oder Bauerngartenblumen. Neben Butter, Honig und Marmelade ſtehen Radieschen und Rettiche ſowie eine Steingutſchale mit Obſt. Über den Tellern liegen Obſtmeſſer. Die Butter kommt im Butterkühler auf den Tiſch, die Eier ſtecken in Eierwärmern aus einfarbiger Wolle, paſſend zur Kaffeemütze.

Beim Mittageſſen in der Familie.

Flache Teller, links Gabel, rechts Meſſer und Löffel, letzterer kann auch über dem Teller liegen. Gabel und Löffel liegen mit der Wölbung auf dem Tiſch auf. Kompottlöffel über dem Teller, Kompott-Teller links über der Gabel, Salatteller darunter. Rechts über dem Teller ein kleiner Salzſtreuer. Beim einfachen Tiſch fallen Kompott- und Salatteller meiſt weg, auch der Salzſtreuer, der durch ein größeres Gefäß für den allgemeinen Gebrauch erſetzt iſt. Eſſig, Öl und Pfeffer werden nur bei Gebrauch aufgeſtellt. Vorlegbeſtecke wie Suppenſchöpflöffel, Tranchierbeſteck, Gemüſe-, Soßenlöffel und dergleichen können neben dem Platz der Hausfrau liegen oder auf der Anrichte, wo ſie beim Auftragen gleich in die Schüſſel gelegt werden. Das Auflegen von Meſſerbänkchen wird aus hygieniſchen Gründen bekämpft. In der Familie werden jedoch häufig noch ſolche aus Glas verwendet. Weingläſer ſtehen rechts über Meſſer und Löffel. Bemerkt ſei, daß das Einſchenken des Weines bei Anweſenheit eines Herrn nicht von der Dame beſorgt werden darf.

Der Damenkaffee.

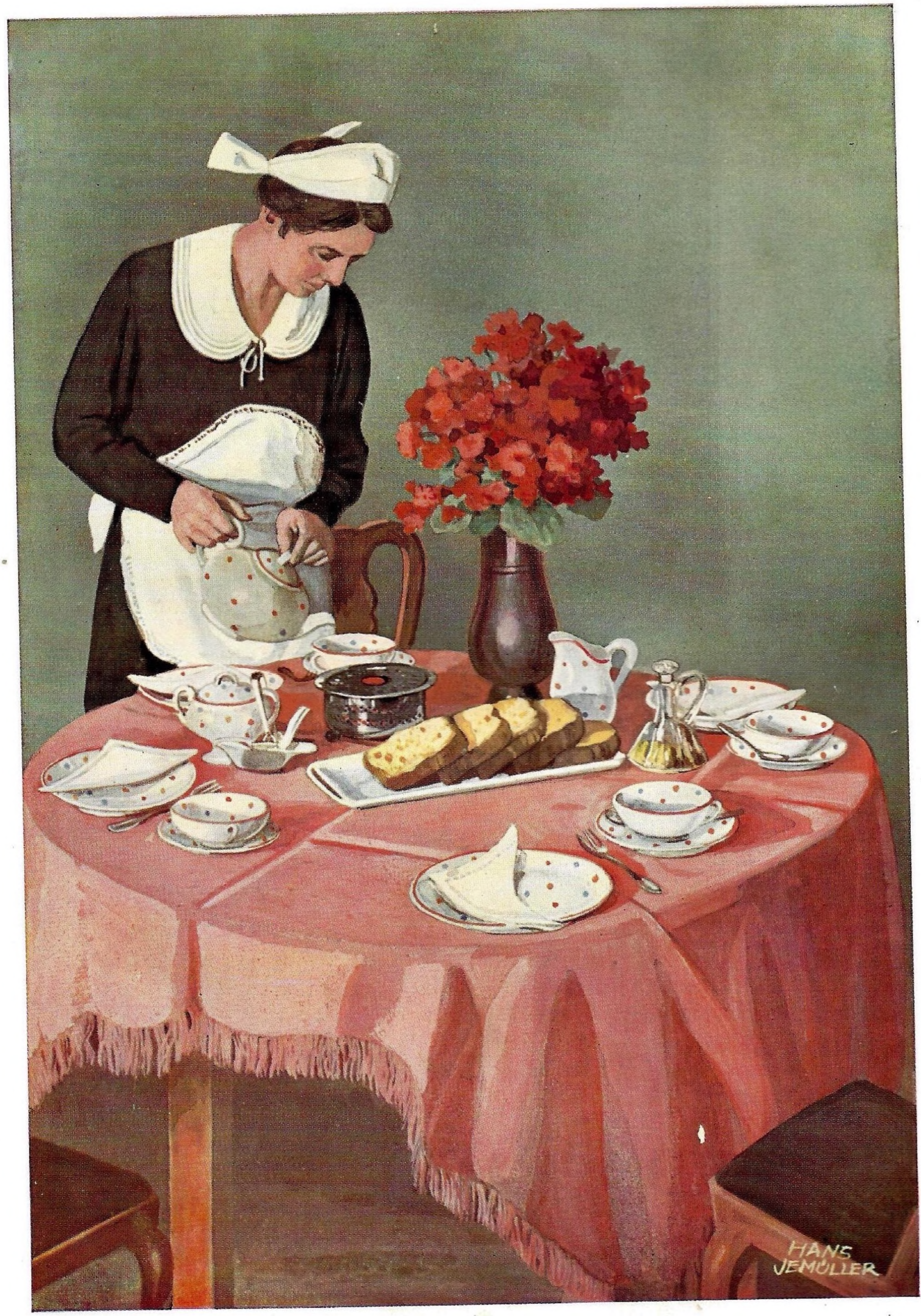
Geſchirr und Tiſchzeug ſollen in Farbe und Stil zuſammenpaſſen. Kleine Teller, Taſſen und Untertaſſen wie zum Frühſtück aufgeſtellt. Sind Kuchenbeſtecke vorhanden, ſo können ſie entweder über Kreuz auf den Teller, das Meſſer obenauf, oder über den Teller, Meſſergriff rechts, Gabelgriff links, gelegt werden. Kuchengabeln liegen entweder ſchräg auf oder rechts neben dem Teller. Oft genügen auch Kaffeelöffel oder Frühſtücksgabeln, über oder rechts neben den Teller gelegt. Servietten, die aus Papier ſein können, liegen einfach gefaltet links neben dem Teller oder auf demſelben. Bedient die Hausfrau ihre Gäſte, ſo bittet ſie um die Taſſen und ſchenkt an ihrem Platze ein. Auf dem Tiſch ſtehen Gebäck, Zucker und Sahne, die herumgereicht werden. Bedient die Tochter oder das Mädchen, ſo ſchenkt dieſe von rechts ein, wobei die Taſſen ſtehen bleiben. Wird ſpäter eine Süßſpeiſe oder Eis gereicht, ſo wird nach dem Kaffee abgeräumt und neue Teller und Löffel werden aufgeſtellt.

Der Damentee.

Wird nur Kuchen und kleines Gebäck gereicht, ſo iſt die Anordnung des Geſchirrs und der Geräte dieſelbe wie beim Damenkaffee. Dazu kommt noch die Aufſtellung von Rum und Arrak in kleinen Henkelflaſchen, und von Zitronenſcheiben oder Zitronenſaft. Auf einem kleineren Tiſch in der Nähe der Hausfrau ſteht die Teekanne und ein Tablett, auf dem ſämtliche (im Winter vorgewärmte) Obertaſſen ſtehen. Die Tochter oder das Mädchen füllen die Taſſen und reichen ſie herum. Beim Nachfüllen wird die Taſſe mit der Untertaſſe von rechts weggenommen, und zwar immer nur eine, gefüllt und wieder hingeſtellt. Auf dem Tiſch ſtehen Platten mit Gebäck, oben und unten auf dem Tiſch oder in der Mitte eine flache Schale mit Blumen.

Oft werden vor, in manchen Gegenden auch nach dem Kuchen Platten mit kleinen Appetitbrötchen gereicht. Man kann dann Frühſtücksbeſtecke auflegen und die Teller wechſeln laſſen.

Für den Teetiſch benützt man bei polierten Tiſchen ſtatt des Tiſchtuches für jedes Gedeck kleine geſtickte oder ſonſt feine Handarbeits-Deckchen.


HANS
JEMÜLLER

Der bürgerliche Teetisch

Das Feſteſſen.

Für die Feſttafel ſind Tiſchdecken mit reicher Stickerei oder Spitzen am eleganteſten. Sie müſſen natürlich ganz weiß gehalten ſein. Unmodern ſind Tiſchläufer. Die Stickerei des Tiſchtuches wird oft durch eine weiß geſtickte Mitteldecke erſetzt. Üppige Tafelaufſätze, wie ſie lange in der Mode waren, ſind ebenſo verpönt wie ſtörende Girlanden, viele kleine Vaſen oder ganz aufgelegte Spiegel. Auch ſtehen keine Gebäck- und Kompottſchalen mehr auf dem Tiſch. Das Weiße des feſtlichen Tiſchzeuges, das blinkende Silber der Beſtecke und der in flachen Schalen aufgeſtellte Blumenſchmuck ſowie ſilberne Leuchter, deren Wahl und Anordnung ein Urteil über den Geſchmack der Hausfrau herausfordert, müſſen und können allein wirken. Der Platz für eine Perſon ſoll 70 bis 80 Zentimeter betragen. Über die Anordnung der Gedecke entſcheidet die Wahl der Speiſenfolge. Auf dem Tiſch ſteht auf jedem Platz ein flacher oder ein ſogenannter „Reſpektteller", der nur als Unterlage für die bei den einzelnen Gängen benützten Teller und zum Schmucke der Tafel dient (Gedeckteller). Dieſe Teller ſind oft, ähnlich den Sammeltaſſen, in verſchiedenen Farben und Muſtern gehalten, das übrige Porzellan muß dann dementſprechend einfach gehalten ſein. Tellerrand und Tiſchrand müſſen übereinſtimmen. Die Eßbeſtecke liegen rechts und links vom Teller ſo verteilt, daß man ſich ſozuſagen von außen zur Mitte, alſo gegen den Teller hin „durchißt", und nach dem Braten von oben her nach der oberen Mitte des Tellers hin.

Für eine Speiſenfolge: Kalte Vorſpeiſe (warme Vorſpeiſen werden immer nach der Suppe gereicht), Suppe, Fiſch, Braten mit Kompott, Eis, Käſeplatte, Obſt werden die Beſtecke folgendermaßen gelegt:

Rechts und links außen kleine Meſſer und Gabeln (Meſſer rechts, Gabeln links), Eßlöffel rechts, dann folgt das Fiſchbeſteck oder zwei rechts und links gelegte Gabeln, dann, dem Teller zunächſt, das große Beſteck für den Braten. Was nach dieſem gereicht wird, liegt oben. Obſtbeſtecke und Eislöffel werden meiſt mit den entſprechenden Tellern gereicht. Die Beſtecke können in gerader Richtung, mit dem Tellerrand abſchließend oder ſchräg nach oben geordnet oder auch zackenartig aufgelegt werden, das Käſebeſteck über dem Teller, Meſſergriff nach rechts, Gabelgriff nach links gerichtet. Von den benötigten Weingläſern können alle, außer Südweingläſern, gleich aufgeſtellt werden, und zwar rechts oben über den Meſſern. Das letzte Glas muß mit dem äußerſten Meſſer abſchließen. Südweingläſer werden ſtets an der Anrichte gefüllt und angeboten oder hingeſtellt. Wird ſchon zur Vorſpeiſe (Hummer, Kaviar, Auſtern) Sekt gereicht, ſo werden die an der Anrichte gefüllten Gläſer gereicht. Zum Obſt werden Fingerſchalen mit lauwarmem Waſſer aufgeſtellt oder gereicht. Zum Obſtteller kann man Papierſervietten legen.

Das Kalte Büfett.

Durch die allgemeine Vereinfachung der Lebenshaltung wird oft von Einladungen und großen Abendeſſen abgeſehen. An ihrer Stelle tritt häufig das ſogenannte Kalte Büfett, wobei auch in kleineren Räumen eine große Anzahl von Gäſten bewirtet werden kann. Auf einem großen Büfett oder an einem meiſt an einer Wand aufgeſtellten, hübſch gedeckten Tiſch ſtehen gruppenweiſe kalte Gerichte mit den dazu gehörigen Soßen möglichſt überſichtlich geordnet. Teller und Beſtecke ſo, daß ſich jeder ſelbſt bedienen kann, wenn dieſelben nicht angeboten werden. Man reicht Tee, Wein oder Bier dazu. Zu den aufgeſtellten Gerichten gehören z. B. alle Arten von kalten Platten mit Mayonnaiſen, Worceſtershireſoße u. a. ſowie mit allen Arten von Salaten wie Italieniſcher Salat, Gemüſeſalat, Fleiſch- und Fiſchſalat, ferner Käſebackwerk, Salz- und Kümmelſtangen, Appetitbrötchen, Salzbrezeln und dergleichen. Die Gäſte holen ſich ſelbſt das Gewünſchte. Sitzgelegenheiten und kleine Tiſchchen ſind ſo verteilt, daß in der Mitte der Zimmer eventuell Platz zum Tanzen bleibt.

Der Zwangloſe Tee.

Sehr beliebt, beſonders in Großſtädten, iſt der zwangloſe Fünfuhrtee, bei dem kein eigentlicher Teetiſch gedeckt iſt, ſondern die gefüllten Teetaſſen von der Hausfrau oder der Tochter angeboten werden, während die Gäſte ſich ſelbſt mit dem auf kleinen Tiſchen oder auch auf einem Teewagen aufgeſtellten kleinen Gebäck oder mit Teebrötchen bedienen.

Bei ganz großen Tees muß natürlich Bedienung zum Anbieten vorhanden ſein.

Spezielle Feſteſſen.

Zu dem Feſteſſen bei beſonderen Gelegenheiten wie Kindstaufen, Hochzeiten, ſilberner oder goldener Hochzeit, Jubiläen und dergleichen prägt ſich der Charakter des Feſtes meiſt im Blumenſchmuck der Tafel aus. So wählt man für Taufeſſen gerne Ranken von roſa Schlingroſen in mit Maßliebchen oder Anemonen gefüllten Schalen, für Hochzeiten als Erſatz für Myrten einen Kranz oder Ranken von Buchs, mit kleinen, weißen Blüten beſteckt. Eine andere Farbe als weiß und grün wird als Tafelſchmuck bei einer Hochzeit nicht verwendet. Für ſilberne reſpektive goldene Hochzeit werden meiſt ſilber- bzw. goldfarbene Bänder in ſparſamer Weiſe beim Schmuck der Tafel angebracht. Auch wiederholen ſich bei derartigen Gelegenheiten die betreffenden Farben auf den Tiſchkarten, die meiſt rechts vom Teller vor den Gläſern oder über dem Teller auf kleinen Haltern ſtehen.

Vom Falten der Mundtücher.

Man iſt ganz davon abgekommen, die Mundtücher in kunſtvolle Falten und Figuren zu legen. Während in dieſer Hinſicht früher der Geſchicklichkeit und Phantaſie freier Spielraum gelaſſen war, bevorzugt man heute auch zu feſtlichen Gelegenheiten die Mundtücher ganz einfach in ein Dreieck oder Rechteck zu legen, oder höchſtens die oberſte Lage bandähnlich einzurollen und mit den Ecken einzuſchlagen. Der Gaſt ſoll nicht das Gefühl haben, als ob das Mundtuch bereits viel berührt ſei. Derſelbe Gedanke iſt heute beim Herrichten von Appetitbrötchen und Garnituren von Platten uſw. maßgebend.

Verſchiedene Zuſammenſtellungen für einen geſundheitsgemäßen Mittag- und Abendtiſch

Die nachfolgenden Zuſammenſtellungen von Speiſenfolgen ſollen nur Anregungen geben, was man beiſpielsweiſe in dieſem oder jenem Falle etwa kochen könnte. Allgemein verwendbare Speiſenzettel für den täglichen Familientiſch laſſen ſich nicht gut zuſammenſtellen, weil bei dieſen Mahlzeiten die perſönlichen Verhältniſſe, die augenblickliche Marktlage, das Vorhandenſein von zu verwendenden Vorräten oder aufzubrauchenden Reſten und noch mancherlei andere Dinge eine Rolle ſpielen, die nicht einkalkuliert werden können.

Die Zuſammenſtellung der täglichen Mahlzeiten iſt eine wichtige und zugleich ſchwierige Aufgabe, vor die ſich die Hausfrau täglich neu geſtellt ſieht und die ſelbſt von der erfahrenen Hausfrau einiges Nachdenken und Überlegen verlangt. Um dieſe Aufgabe der Hausfrau zu erleichtern und ihr im beſonderen Falle einen Fingerzeig zu geben, werden dieſe Speiſenfolgen gebracht.

Speiſenfolge für einen Monat

1. Sonntag.
   Mittag: Kraftbrühe mit Ei; Gänſebraten mit Kaſtanien und Rotkraut; Zitronencreme. — Abend: Kalte Gans; Sellerieſalat; Brot und Butter.
2. Montag.
   Mittag: Gänſeklein mit Reis oder Semmelknödel; Apfelmus. — Abend: Bratheringe mit Kartoffelſalat.
3. Dienstag.
   Mittag: Kartoffelſuppe von rohen Kartoffeln; Linſenſchnitzel; Rahmkartoffeln; Reisauflauf mit Fruchtſoße oder Saft. — Abend: Verlorene Eier in ſaurer Soße, Nudeln gekocht.
4. Mittwoch.
   Mittag: Linſenſuppe; Schweinsbraten; Krautſalat; Makkaroni; Obſt. — Abend: Makkaronipudding mit Tomatenſoße.
5. Donnerstag.
   Mittag: Reisſuppe; Kalbsbraten; Kartoffelnudeln; Blumenkohl; Kompott. — Abend: Kalbsbratenreſte mit verſchiedenem Salat; Obſt.
6. Freitag.
   Mittag: Blumenkohlſuppe; gedämpfter Fiſch mit Reis und Peterſilienkartoffeln, Preißelbeerkompott. — Abend: Fiſchbeefſteak mit Kartoffelſalat.
7. Samstag.
   Mittag: Eintopfgericht von Hammelfleiſch, Rüben, Kartoffeln; Apfelküchle. — Abend: Warme Würſtchen mit Meerrettich; Brot und Butter; Obſt.
8. Sonntag.
   Mittag: Nudelſuppe; Wildente; Cumberlandſoße; Niedernauer Kartoffeln; Brotpudding. — Abend: Reſte der Wildente in Semmelkruſte oder kalt.

9. Montag.

Mittag: Klare Suppe; Rindfleiſch mit Gemüſe nach Jahreszeit; Speckkuchen. — Abend: Frikandellen mit Bratkartoffeln; Rote Rüben-Salat.

10. Dienstag.

Mittag: Grießſuppe; Spinat mit Ei; Salzkartoffeln; Grieß- oder Reisauflauf mit Fruchtſoße oder Kompott. — Abend: Vom Reſt, Spinatpudding mit Bücklingen; Obſt.

11. Mittwoch.

Mittag: Gemüſeſuppe; Rauchfleiſch; Linſengemüſe; Spätzle; Obſt. — Abend: Linſenſalat; geröſtete Spätzle; Brot; Obſt.

12. Donnerstag.

Mittag: Flädchenſuppe; Ochſenfleiſch; Salzkartoffeln; Meerrettich; Baveſen; Kompott. — Abend: Fleiſchſalat mit Bratkartoffeln.

13. Freitag.

Mittag: Pflaumenſuppe; Seelachs nach Müllerinart; gedämpfter Reis; Salzkartoffeln; Rahmrollen von Topfen. — Abend: Schnitzel aus Haferflocken; Salate.

14. Samstag.

Mittag: Haferſchleimſuppe; Schweinefleiſch mit Sauerkraut, Kartoffelbrei; Grießflammerie, kalt, mit Fruchtſaft. — Abend: Polniſcher Familientopf.

15. Sonntag.

Mittag: Einlaufſuppe; Schmorbraten; Spätzle oder Nudeln; Obſtſalat; Pfannkuchenſtrudl mit Roſinen. — Abend: Kalter Schmorbraten; Kartoffel-, Tomaten- oder Rote Rüben-Salat; Brot.

16. Montag.

Mittag: Eintopfgericht von Rindfleiſch, Gelben Rüben, Kartoffeln; Wuchteln oder Rohrnudeln mit Fruchtſaft. — Abend: Hirnkotelettes mit Nudeln und Salat.

17. Dienstag.

Mittag: Milchſuppe mit Einlauf; Schleſiſches Himmelreich; Kartoffelklöße; Scheiterhaufen. — Abend: Gebackene Klöße mit Eiern und Salat.

18. Mittwoch.

Mittag: Bohnenſuppe (norddeutſch); Gulaſch mit Nudeln oder Salzkartoffeln; Obſt. — Abend: Rührreier mit Bücklingen und Bratkartoffeln.

19. Donnerstag.

Mittag: Erbſenſuppe mit Käſe; eingemachtes Kalbfleiſch; Kartoffelbrei oder Reis; Kompott. — Abend: Falſche Roulade mit Salat.

20. Freitag.

Mittag: Eiergerſtenſuppe; Fiſchfilets, gebacken; Kartoffelſalat; Äpfel im Schlafrock. — Abend: Vegetariſche Kutteln (von Flädlepfannkuchen) in Rahmſoße.

21. Samstag.

Mittag: Tomatenſuppe; Königsberger Klopſe mit Bratenſoße; gemiſchter Salat von Bohnen, Eſſiggurken und Kartoffeln; Kirſchkuchen. — Abend: Gebratene Klopſe mit Salat.

22. Sonntag.

Mittag: Kraftbrühe mit Einlage; Kalbsnierenbraten mit Leipziger Allerlei in grünem Salat; Topfenpudding; Obſt. — Abend: Kalter Nierenbraten; Salate; Brot mit Butter.

23. Montag.

Mittag: Eintopfgericht von Rindfleiſch und Rollgerſte; Kartoffeln; Gelbe Rüben; Plinſen mit Kompott. — Abend: Tiroler Gröſtl mit Bratkartoffeln und Meerrettich.

24. Dienstag.

Mittag: Brotſuppe; Saure Pilze; Schwäbiſche Klöße; Käſeſoufflée. — Abend: Marinierte Heringe mit gebratenen Klößen oder Schalenkartoffeln.

25. Mittwoch.

Mittag: Sagoſuppe; Hammelbraten mit Bohnenſalat und Kartoffelbrei; Obſt. — Abend: Gefüllte Kartoffelroulade mit Salat.

26. Donnerstag.

Mittag: Kümmelſuppe von Mehl oder Brot; Kaſſeler Rippenſpeer; Sauerkraut; Kaſtanien; Kompott. — Abend: Familientopf von den Reſten.

27. Freitag.

Mittag: Mineſtraſuppe; gebratener Schellfiſch mit Rahmſoße; Reis oder Salzkartoffeln; Obſtkuchen. — Abend: Bratkartoffeln mit Spiegelei und Wirſinggemüſe oder Pfannkuchen mit Kompott.

28. Samstag.

Mittag: Wurzelſuppe; Deutſches Beefſtaek mit Schwarzwurzelgemüſe; Reisauflauf mit Äpfeln. — Abend: Warme Würſtchen mit Meerrettich; Salat, Brot und Butter.

29. Sonntag.

Mittag: Falſche Schildkrötenſuppe; Filetbraten; Miſchgemüſe; Kartoffelbällchen, Hausfrauencreme; Kleingebäck. — Abend: Kalter Filetbraten; Mayonnaiſe; Salat; Bratkartoffeln.

30. Montag.

Mittag: Eintopfgericht: Pickelſteiner, Rind-, Kalb- und Schweinefleiſch, Gemüſe, Kartoffeln; Grießauflauf mit Fruchtſaft. — Abend: Gemiſchter Salat; Käſe, Butter, Brot; Obſt.

Fleiſchloſer Wochenſpeiſenzettel

Sonntag.

Mittag: Pilzſuppe; gefüllte Kohlrabi mit Soße und Butterteigkrapfen; Grünkernbeefſtaek mit grünem Salat; Früchtenbombe.

Montag.

Mittag: Holunderſuppe mit geriebenem Zwieback; Erbſenſchnitzel mit Soße; Sauerkrautſalat mit Meerrettich; Preißelbeeren mit Gebäck.

Dienstag.

Mittag: Pflaumenſuppe; Kartoffelroulade mit Soße; gemiſchter Salat; Äpfel mit Wein- und Johannisbeeren.

Mittwoch.

Mittag: Milchſuppe mit Einlauf; Böhmiſche Nudeln mit gemiſchtem Salat; eingemachte Erdbeeren mit Rhabarbergrütze.

Donnerstag.

Mittag: Rollgerſtenſuppe mit Pilzen; Frikandellen mit Soße; Salat von Gelben Rüben, Sellerie und Rettich; Heidelbeeren mit Rahm.

Freitag.

Mittag: Bohnenſuppe (norddeutſch); Nudelpudding mit Obſt; gefüllte Eier; gemiſchten Salat von Kartoffeln, Rot- und Weißkraut; gemiſchtes Obſt.

Samstag.

Buttermilchſuppe mit Sago; Baveſen mit Polniſcher Soße; Salat von Bohnen und eingemachten Gurken; Pflaumen mit Nüſſen.

Fleiſchloſer Speiſenzettel für Maſtkuren

(Zur Auswahl.)

Montag.

1. Frühſtück: Haferflockenſuppe in Milch mit Ei; Kaffee mit Sahne, Brot, Käſe; Obſt.

2. Frühſtück: Reispudding, warm, mit Fruchtſoße.

Mittag: Brotſuppe legiert; Ruſſiſche Eier; Rotkraut mit Kaſtanien; Apfelſtrudel; Weinbeeren mit Schlagſahne (Schlagrahm).

Nachmittag: Schokolade mit Schlagſahne (Schlagrahm); diverſe Kuchen.

Abend: Hering mit Kartoffeln und Bohnen (grüne); Böhmiſche Nudeln mit Salat; Milch, ſpäter Obſt.

Dienstag.

1. Frühſtück: Gerſtenſchleim in Milch mit Ei; Kaffee, Sahne, Brot, Honig, Butter; Obſt.

2. Frühſtück: Käſeauflauf, warm.

Mittag: Bohnenſuppe, norddeutſche oder Gemüſeſuppe; Fiſchkotelette, gebacken, mit kleinen Kartoffeln; Krautſalat; Kümmelkraut mit Salzkartoffeln; Milchreis mit Roſinen und Fruchtſaft; Preißelbeeren mit Schaumgrieß.

Nachmittag: Kakao mit Sahne (Rahm); Kuchen.

Abend: Pfifferlinge mit Reis; Hefeteigomeletten mit Salat; Milch; Obſt.

Mittwoch.

1. Frühſtück: Reisſchleim in Milch mit Ei; Kaffee, Sahne, Butter, Brot, Marmelade, weiche Eier, Obſt.

2. Frühſtück: Kaviarſemmel mit Zitrone.

Mittag: Pilzſuppe; Ölſardinen in Tomaten mit Mayonnaiſe; Koteletten von Grünkern, mit Markſchnitten garniert, und Soße; Makkaroni mit Käſe und Tomatenſoße; Erdbeertorte; Obſt.

Nachmittag: Kaffee mit Sahne (Rahm); Obſtkuchen.

Abend: Türkiſche Bohnen mit Soße; Rührei mit Morcheln; Salat; Milch; Obſt.

Donnerstag.

1. Frühſtück: Haferſchleim in Milch mit Ei; Kaffee, Sahne (Rahm), Butter, Brot, Omelette mit Kerbel.

2. Frühſtück: Beefſteak von Fiſch, braune Butter, Reis.

Mittag: Spargelſuppe; Verlorene Eier in Senftunke; Roſenkohl mit Kaſtanien und Kartöffelchen; Haſelnußkrapfen mit Fruchtſoße; Rhabarber mit Schaumgrieß; Obſt.

Nachmittag: Tee mit Sahne (Rahm); Butter, Ei, Käſe, Brot.

Abend: Kartoffelroulade mit Rotkraut; Obſtſchalotte; Milch, Obſt.

Freitag.

1. Frühſtück: Käſeſuppe von Milch und geriebenem Parmeſan, mit Ei; Kaffee, Sahne, Butter, Brot, Gelee, Obſt.

2. Frühſtück: Eierſalat mit Spargelköpfen.

Mittag: Grünkernſuppe mit Markklößchen; Fiſchragout in Paſteten mit Reis; Ochſenaugen mit Spinat und Rahmkartoffeln; Kaiſerſchmarrn mit roh geriebenen Äpfeln und Weinbeeren; Stachelbeeren mit Schlagſahne (Schlagrahm).

Nachmittag: Kakao mit Sahne (Rahm), Kuchen.

Abend: Steinbutt mit Kartoffeln, Holländiſche Soße; Blumenkohl, gebacken, mit Parmeſankäſe; Milch; Obſt.

Samstag.

1. Frühſtück: Haferflocken in Milch mit Ei; Kaffee mit Sahne (Rahm), Butter, Brot und Käſe; Obſt.

2. Frühſtück: Topfen mit Rahm, Butter, Pumpernickel.

Mittag: Erbſenſuppe mit Semmelſchnitten; Eier im Schlafrock mit Salat; Reis mit Kohlrabi (norddeutſch) mit Frikaſſee; Grießauflauf mit Vanilleſoße; Kompott.

Nachmittag: Kaffee mit Sahne (Rahm), Obſtkuchen.

Abend: Kartoffelgulaſch mit Eiern und Salat; Mandelſtrudel mit Schokoladenſoße; Milch; Obſt.

Sonntag.

1. Frühſtück: Mehlſuppe in Milch mit Ei; Kaffee mit Sahne (Rahm), Butter, Brot, Honig; Omelette; Obſt.

2. Frühſtück: Hummern auf Bordeauxer Art.

Mittag: Schildkrötenſuppe, vegetariſch; Forellen, blau, mit Butter und Kartoffeln; Spargel mit Holländiſcher Soße und Kartoffelbällchen; Falſche Frankfurter mit Soße und Gurkenſalat; Schokoladenreis mit Vanilleſoße; Eis; Obſt.

Nachmittag: Schokolade mit Sahne (Rahm); Obſtkuchen.

Abend: Hecht, gebacken, mit Peterſiliekartoffeln; Eierkuchen mit Salat; Gefrorene Käſeplatte; Milch; Obſt.

Speiſenplan gegen Fettſucht

Montag.

Frühſtück: Kaffee mit Magermilch, 1 Semmel.
Mittag: Kraftbrühe; gekochten Hecht mit Waſſerreis und Salat; Kalbsſchnitzel (ohne Fett), Gelbe Rüben-Salat (roh); Rote Grütze mit Schaumgrieß.
Abend: Topfen mit Schrotbrot und Rettichen.

Dienstag.

Frühſtück: Tee mit Magermilch, 1 Semmel.
Mittag: Stachelbeerſuppe; Rheinſalm, gekocht, mit Meerrettich und rohen Äpfeln; Rinderbruſt mit Roſenkohlſalat und Preißelbeeren; Mokka, Creme.
Abend: Kraftbrühe; geriebenes, rohes Rindfleiſch und 1 Semmel.

Mittwoch.

Frühſtück: Kaffee mit Magermilch, 1 Semmel.
Mittag: Beef-Tea; Kabeljau mit Senfſoße; Huhn mit Waſſerreis, Linſenſalat; Vanilletörtchen mit Kompott.
Abend: Bismarckheringe mit Schrotbrot; geſtandene ſaure Milch mit Pumpernickel.

Donnerstag.

Frühſtück: Tee mit Magermilch, 1 Semmel.
Mittag: Johannisbeerſuppe mit Zwieback; Fiſchkotelettes (ohne Fett) mit grünem Salat; Rehſchnitzel (ohne Fett) mit Eingemachtem; Früchtenreis mit Schaumgrieß.
Abend: Kraftbrühe; roher Schinken, Schrotbrot, Sauerkrautſalat.

Freitag.

Frühſtück: Kaffee mit Magermilch, 1 Semmel.
Mittag: Gemüſeſuppe; Forelle, blau; Strunkſalat mit Meerrettich; Geflügel mit Salaten; gemiſchtes Obſt.
Abend: Magerkäſe mit etwas Butter, Pumpernickel, Rettich.

Samstag.

Frühſtück: Tee mit Magermilch, 1 Semmel.
Mittag: Milchſuppe mit Einlauf; Tartarbeefſteak mit Schrotbrot; Kalbsſteak mit Waſſerreis und Salat; Pfirſichcreme.
Abend: Topfenſoufflée mit Eingemachtem.

Sonntag.

Frühſtück: Kaffee mit Magermilch, 1 Semmel.
Mittag: Beef-Tea; Spargel mit magerem Schinken; Backhuhn mit verſchiedenen Salaten; Kompott.
Abend: Kraftbrühe; mageren Aufſchnitt mit Salaten.

Feine Speiſenfolgen für außergewöhnliche Eſſen oder Feſtlichkeiten

Mittagsmahlzeiten.

(Zur Auswahl.)

Kaviar, braune Suppe mit Fleiſchklößchen; Seefiſch mit warmer Soße; Roaſtbeef mit Gemüſen à la jardinière; Gansleber mit Trüffeln; Gefrorener Punſch à la romaine; Poularde, Salate, Kompotte; Gefüllte Bombe; kleines Backwerk, Käſe, Früchte, Konfekt.

Krebsſuppe mit Spargelſpitzen; Forellen mit Holländiſcher Soße; Engliſcher Rindsbraten mit kleinen Kartöffelchen; Geflügelbrüſtchen oder Lammkoteletten mit grünen Erbſen; Artiſchockenböden mit Trüffelſoße; Gefrorener Punſch à la romaine; Gans, gebraten, Salat und Kompott; Gefrorene Bombe mit Erdbeerſaft; Käſe; Früchte; Konfekt.

Auſtern; braune Suppe mit Eierſtich; Seezungenfilets mit Trüffeln; Kalbsrücken, mit Gemüſen garniert; feines Ragout; Faſan, Salate, Kompotte; Gefrorenes; Käſe; Früchte; Konfekt.

Schildkrötenſuppe; Rheinlachs mit Holländiſcher Soße; Rehkoteletten mit Pilzen; Kapaun mit verſchiedenen Salaten; Spargel; geſulztes Kompott; gefrorene Creme; Backwerk; Käſe; Früchte; Konfekt.

Auſtern; Fiſchſuppe mit Pilzen; Languſten mit Robertſoße; Käſetorte; gekochter Huchen, garniert, mit warmer Soße; Spargel; Schokoladenpudding; Gefrorenes; Backwerk; Früchte; Käſe.

Kaviar; geſtoßene Fiſchſuppe; Forellen mit Aſpik; Spinat mit Hummerkoteletten; Eierſpeiſe; gefüllter Fiſch, gebraten, mit warmer Soße; Biskuittorte mit Schlagſahne (Schlagrahm); Backwerk; Früchte; Käſe.

Abendeſſen.

Braune Suppe in Taſſen; Gansleber in Aſpik; Hühnerſalat; Rehrücken mit Butterteiggebackenem und Kompotten; Backwerk; Käſe; Früchte.

Klare Fleiſchbrühe; Hummer mit Mayonnaiſe; Rebhuhn auf Salmi (dicke Soße von geſtoßenem, gebratenem Wildgeflügel, Bratſpeck, Semmelwürfeln, Rotwein, Geflügelknochenbrühe und verſchiedenen Gewürzen); Kapaun mit verſchiedenen Salaten und Kompott; Kaſtanientorte; Gefrorenes; Käſe; Früchte; Konfekt.

Braune Suppe in Taſſen; Fiſch mit Mayonnaiſe; Ragout im Reiskranz; Truthahn (Indian) mit verſchiedenen Salaten und Kompotten; Schokoladencreme; Backwerk; Früchte; Käſe; Konfekt.

Fleiſchbrühe in Taſſen; Forellen in Eſſig und Öl; gedünſtetes Bries mit gefüllten Champignons; Wildgeflügel mit Preißelbeerkompott; Mandelpudding mit Fruchtſaft; Früchte; Konfekt; Käſe.

Braune Suppe; Lammkoteletten mit grünen Erbſen oder Bohnen; gebratenes Huhn mit Salat und Kompott; Dunſtcreme im Becher mit Backwerk; Käſe; Früchte.

Klare Fleiſchbrühe; Saure Leber mit Nudeln oder Reis; Kalbsbraten mit Blumenkohl, Salaten und Kompott; Nußtorte mit Sahne (Rahm); Backwerk; Käſe; Früchte.

Frühſtückseſſen (Gabelfrühſtück).

Klare Suppe in Taſſen; marinierte oder geräucherte Fiſche mit gekochten oder gebackenen Eiern; garnierte Beefſteaks; Backwerk; Früchte; Käſe.

Fleiſchbrühe in Taſſen: Geflügelbrüſte mit feinen Gemüſen; gebratener Rehrücken mit Preißelbeerkompott; Backwerk; Früchte; Käſe.

Sehr feines Gabelfrühſtück. (Beſonders für Hochzeiten.)

Ragoutſuppe; Fiſch mit Mayonnaiſe; Trüffelpaſtete; Kapaun oder Faſan mit verſchiedenen Salaten und Kompotten; Mokkatorte; Formgefrorenes; verſchiedenes Backwerk; Käſe; Früchte; Konfekt.

Für Kaltes Büfett.

Kalter Aufſchnitt von Schinken, Zungen, feinen Würſten uſw., dazu geriebenen Meerrettich; Butterſchnitten mit Kaviar und Zitronenſchnitten; allerlei belegte Brote; Fiſch in Aſpik in Portionen; kalter Rindsbraten mit Soße; Tartarbeefſteaks; Fleiſchpaſteten; geſtürzte Salate; Salzſtangen, Semmeln, Brezeln, Brot; Kuchen, Torten; Früchte; Käſe.

Die Vorratsbereitung durch die Hausfrau

Wert der Vorratsbereitung für die Hausfrau;
Urſache des Verderbens unſerer Nahrungsmittel;

Früchte, Gemüſe und Fleiſch, angeordnet, wie ſie die Jahreszeit bringt, mit Ratſchlägen über ihre Verwendung zur Vorratsbereitung

Äpfel, Aprikoſen, Apfelſinen, Berberitzen, Birnen, Blaubeeren (ſiehe Heidelbeeren), Blumenkohl, Bohnen, Brombeeren, Erbſen, Erdbeeren, Fleiſch, Gurken, Hagebutten, Heidelbeeren, Holunder (Holler), Himbeeren, Johannisbeeren rot, Johannisbeeren ſchwarz, Karotten, Kirſchen, Kohl (Kraut), Küchenkräuter, Kürbis, Mirabellen, Nüſſe grün (ſiehe Walnüſſe), Melonen, Pfirſiche, Pflaumen (ſiehe Zwetſchgen), Preißelbeeren, Pilze, Quitten, Reineclauden, Rhabarber, Rote Rüben, Sauerkirſchen (ſiehe Weichſel), Schlehen, Sellerie, Spargel, Spinat, Stachelbeeren, Tomaten, Trauben, Walnüſſe grün, Weichſel (ſiehe Sauerkirſchen), Zitronen, Zwetſchgen (ſiehe Pflaumen).

Grundlagen für die zweckmäßige Ausführung der Vorratsbereitung

Qualität des Rohmaterials. Zweckmäßige Geräte und Behälter. Die Vorbereitung von Obſt und Gemüſe. Die Vorbereitung von Fleiſch, Eiern und Fett. Das Einfüllen. Das Verſchließen. Die Zubereitung. Die Aufbewahrung und Pflege. Das Öffnen und der Verbrauch der Vorräte. Die Verwendung chemiſcher Zuſätze und Farbmittel für die Vorratsbereitung.

Die Konſervierungsverfahren

Dunſtobſt (eindünſten). Steriliſieren von Früchten, Gemüſen und Fleiſch. Zuckerloſe Früchtekonſervierung. Kompotte (nicht ſteriliſierte), Trocknen von Obſt und Gemüſe. Eſſigfrüchte und -Gemüſe. Alkoholfrüchte. Gärgemüſe (Sauerkraut). Fruchtmark. Fruchtpaſten, -Zucker kochen. Fruchtmus. Marmeladen. Gelee (Fruchtſulzen). Fruchtſäfte. Liköre.

Die Vorratsbereitung durch die Hausfrau

Vorräte ſchaffen, die Ernte des deutſchen Bodens auswerten und vor Verderben ſchützen, von den ertragreichen Jahreszeiten Brauchbares für die an Ertrag armen Zeiten bewahren, lohnt die Mühe und Arbeit der deutſchen Hausfrau.

Vorräte beſitzen macht Freude, beſonders dann, wenn die Hausfrau ſie ſelbſt bereiten und dadurch dem Sondergeſchmack der Familie entſprechen kann. Vorräte bereichern den Speiſenzettel und bringen Abwechſlung in die Koſt. Die vielſeitig auftauchenden Anſichten über neuzeitliche Ernährung gehen ſo weit, daß ſie den konſervierten Nahrungsmitteln lange nicht den Wert der friſchen Koſt beimeſſen. Man muß ſich in dieſer Beziehung vor übertriebenen Anſichten hüten. Es wäre natürlich falſch, wenn man aus übertriebener Fürſorge für die Wintervorräte im Sommer und Herbſt nicht als Hauptkoſt vor allem friſches, rohes Obſt und Gemüſe zur Ernährung verwenden wollte. Die köſtlichen Gaben der Jahreszeit müſſen natürlich in erſter Linie für den täglichen Küchenzettel ausgewertet werden. Nur von den Überſchüſſen ſoll die Hausfrau Vorräte bereiten. Der Verluſt an wertvollen Stoffen, durch die Konſervierung entſtanden, iſt bei richtiger Vor- und Zubereitung der Nahrungsmittel gering. Außerdem können ja die fehlenden wertvollen Ergänzungsſtoffe (Vitamine) durch kleine Gaben roher Nahrungsmittel erſetzt werden (Butter, Rahm, friſche Kräuter wie Peterſilie, Schnittlauch, Zitronenſaft — friſche Apfelſinen).

Vorräte zu beſitzen, iſt für die Hausfrau wirtſchaftlich vorteilhaft, wenn Gäſte kommen oder andere Obliegenheiten ihre Zeit beanſpruchen; denn ſie ſind raſch zur fertigen Mahlzeit umgeſtaltet.

Vorräte aus der Ernte des eigenen Gartens oder aus der Tierhaltung gewonnen, können die Ausgaben für die Nahrung beträchtlich vermindern.

Vorräte bereiten ſollen in erſter Linie die Bäuerin und Gutsfrau, die Hausfrau, die im glücklichen Beſitz eines Eigenheims mit Garten iſt und die Siedlerfrau. Die Stadthausfrau wird ſich zur Vorratsbereitung nur bei beſonders günſtigem Einkauf des Rohmaterials entſchließen. Durch die Nahrungsmittelinduſtrie wird die Vorratsbereitung mehr und mehr der Hausfrau abgenommen. Bequeme, preiswerte oder oft nur ſcheinbar billige Angebote aller Arten konſervierter Nahrungsmittel ſtehen zur Verfügung. Teils aus Geld-, teils aus Zeitmangel muß die Stadthausfrau oft auf die Vorratsbereitung verzichten.

Um zur Vorratsbereitung anzuregen, machen wir vorerſt einen Rundgang durch die Vorratsräume einer Hausfrau, die ein Eigenheim ohne Zentralheizung mit Garten- und Kleintierhaltung beſitzt und die Kunſt der Vorratsbereitung verſteht. In Häuſern mit Zentralheizungsanlagen müßten nämlich beim Bau einige Kellerräume mit Iſoliermauern vom übrigen Keller getrennt werden. Nur ſo ergeben ſich geeignete Vorratsräume. Solche Anordnungen machen ſich im Laufe der Jahre mehr als bezahlt.

Wir gehen zuerſt in die Kellerräume, welche die vorbildliche Hausfrau ſchon beim Bau an Stelle des großen üblichen Kellerraumes in mehrere kleinere verſchließbare Abteilungen einteilen ließ. Den einen Raum nützt ſie aus, um Kartoffeln und das eingeſchlagene Wintergemüſe zu lagern. Wir ſehen hier einen geſtampften Lehmboden, der den Kartoffeln und dem Gemüſe die eigene Feuchtigkeit läßt und das Schrumpfen verhütet. Eng gefügte Lattenroſte umſchließen Boden und Seiten der Vorratsecke für die Kartoffeln, die dadurch luftig und trocken gelagert ſind. Aus demſelben Grund ſind ſie auch nur ½ Meter hoch aufgeſchüttet. Ein Thermometer, das + 4 Grad Celſius zeigt, iſt in dem Raum angebracht. Die Hausfrau berichtet uns von der ausgezeichneten Haltbarkeit der Kartoffeln mit kaum 5 Prozent Verluſt für die ganze Zeit der Lagerung.

In der anderen Ecke des Raumes ſehen wir (im Landhaushalt) in praktiſche Sandbeete getrennt, eingeſchlagen: Rote Rüben, Gelbe Rüben, Peterſilie, Sellerie.

Wir gehen in einen kleinen Nebenraum. Dort ſteht das Faß mit Sauerkraut, die Flüſſigkeit das Kraut bedeckend, ferner ſchöne, rechteckige Behälter aus Zink, mit 6 Einſätzen für je 40 Eier, bedeckt von der Konſervierungsflüſſigkeit.

Der dritte Kellerraum dient der Aufbewahrung von Friſchobſt. Sortenzettel geben die Zeit der Reife an.

Die Speiſekammer neben der Küche iſt abgeteilt in einen kleinen Vorraum für Reſte und friſche Nahrungsmittel, in einen größeren Nebenraum für Dauervorräte. Auf Regalen, die nur eine geringe Tiefe haben, damit das Vorratsgut nicht unüberſichtlich hintereinander ſteht, befinden ſich, je nach Art geordnet, mit Bezeichnung und Datum beſchriftet, die konſervierten Vorräte. Ganze und halbierte Früchte und Gemüſe, ſteriliſiert in Gläſern und Blechdoſen; Eſſigzuckerfrüchte und Preißelbeeren in Steinguttöpfen; alle Marmeladen und Gelees mit durchſichtigem Verſchluß, damit deren Haltbarkeit ſofort überprüft werden kann.

In Säckchen hängen getrocknete Pilze, Suppenwurzeln zu Julienne verarbeitet, die im Winter bequem zu Suppen, als Braten- und Soßenzugabe Verwendung finden.

In großen und kleinen Blechbüchſen ſehen wir getrocknete Küchenkräuter, Pfefferminztee.

Der Beerenwein ſteht zur Nachgärung auf dem Küchenſchrank.

Urſache des Verderbens unſerer Nahrungsmittel

Alle organiſche, d. h. lebende Subſtanz, fällt der Zerſetzung anheim. Aus organiſcher Subſtanz beſtehen alle unſere Nahrungsmittel. In den Nahrungsmitteln ſelbſt gehen biochemiſche Vorgänge der Atmung, der Fermentation vor ſich, wodurch die Stoffe verändert werden. Dabei entſtehen Abbauprodukte, die Aromabildung und Reifung bewirken. Wenn ſich dieſe Vorgänge zu lange abſpielen, iſt das betreffende Nahrungsmittel zum Genuß nicht mehr tauglich.

An dem Verderben unſerer Nahrungsmittel ſind Inſekten, Ameiſen, Würmer uſw. beteiligt. Dieſe ſichtbaren Feinde ſtiften jedoch weniger Schaden an, als die für uns unſichtbaren Mikroorganismen, die ſich überall befinden, und denen deshalb unſere Nahrungsmittel ſtets ausgeſetzt ſind. Zu den beachtenswerteſten Mikroorganismen, die eine Zerſetzung unſerer Nahrungsmittel hervorrufen, zählen die Hefepilze, welche eine alkoholiſche Gärung bewirken, die Schimmelpilze, die den uns allen bekannten Schimmelbelag bilden, der aus fadenförmigen Verzweigungen aneinander gereihter Zellen beſteht und die erſt durch die gebildeten Sporen dem Auge ſichtbar werden.

Die Milchſäurebakterien verurſachen das Sauerwerden der Milch, ſind aber auch in beſtimmten Arten bei der Haltbarmachung des Sauerkrautes, der Salzbohnen, beteiligt.

Die Butterſäurebakterien verurſachen das Ranzigwerden der Fette, die Eſſigſäurebakterien verwandeln alkoholiſche Flüſſigkeiten in Eſſig, die Fäulnisbakterien bewirken faulige Zerſetzungen und machen dadurch unſere Nahrungsmittel ungenießbar. Die Hausfrau muß deshalb mit Verſtändnis konſervieren, d. h. ſie muß dieſen Mikroorganismen den Kampf anſagen, obwohl ſie, wie wir ſpäter bei den verſchiedenen Kapiteln der Konſervierung ſehen werden, auch nicht ohne deren Dienſtbarkeit auskommt.

Wie iſt nun der Kampf praktiſch durchzuführen? Die Mikroorganismen, die hier hauptſächlich in Betracht kommen, ſind meiſt pflanzlicher Art, die zu ihrem Leben im allgemeinen Luft, Licht, Feuchtigkeit und Wärme brauchen und die Nahrungsmittel als Nährboden und als Aufenthalt ausnützen. Die Mikroorganismen bekämpfen, heißt ihnen die Lebensbedingungen möglichſt entziehen und ſie dadurch an der Zerſetzungsarbeit hindern oder ſie zum Abſterben zu bringen, wobei aber die Nahrungsmittel möglichſt wenig Schaden nehmen dürfen.

Der Nährboden iſt der Zerſetzung um ſo günſtiger, je mehr Feuchtigkeit und Eiweiß er enthält. Säure iſt den Mikroorganismen ſchädlich, deshalb kann man ſauere Früchte auch ohne Zuckerzuſatz konſervieren. Die eigene Säure ſchützt hier vor Verderben. Die Schimmelpilze jedoch bevorzugen gerade ſauere Nährböden.

Luft wird den Mikroorganismen beim Steriliſierverfahren genommen. — Es ſind aber nicht alle Erreger luftbedürftig; deshalb wäre Luftentzug allein kein zuverläſſiges Konſervierungsmittel.

Licht, beſonders direktes Sonnenlicht, iſt für die meiſten Mikroorganismen ungünſtig. Da jedoch Licht meiſt mit einer dieſen Lebeweſen günſtigen Temperatur verbunden iſt, iſt häufig die Zerſetzung eine noch ſchnellere. Schimmelpilze und Fäulniserreger gedeihen bei Lichtentzug beſonders gut, trotzdem müſſen Dauervorräte vor Licht geſchützt werden.

In bezug auf Temperaturen ſind verſchiedene Anſprüche zu verzeichnen. Die Mikroorganismen gedeihen zwiſchen + 5 und + 50 Grad Celſius. Die Hefepilze werden bei + 70 Grad Celſius abgetötet, andere Erreger bei + 100 und mehr Graden. Manche Mikroorganismen können Dauerformen (Sporen) bilden, die ſogar gegen hohe Temperaturen unempfindlich ſind und ſich bei günſtigen Lebensbedingungen wieder zu Erregern umbilden können. Dieſe Tatſache kommt bei ſteriliſierten Vorräten manchmal in Betracht; der Inhalt ſogar geſchloſſener Gefäße kann durch das Wiederaufleben der gebildeten Sporen verdorben ſein, obwohl keine neuen Mikroorganismen an der Zerſetzung beteiligt ſein konnten. Das Töten der Mikroorganismen durch Hitze wird vielfach in der Vorratsbereitung angewendet, jedoch iſt das Verfahren nur bei gleichzeitigem Luftabſchluß, wie es beim Steriliſieren der Fall iſt, vollkommen. Da die Mikroorganismen von + 5 bis + 50 Grad Celſius am beſten gedeihen, ſind dieſe Temperaturen für Vorräte aller Art ſchädlich; aus dieſem Grunde iſt auch ein zu langſames Abkühlen der Nahrungsmittel nach dem Erhitzen zu vermeiden. In bezug auf Kälte unterſcheidet ſich das Verhalten der Mikroorganismen von dem der höheren Lebeweſen. Die Mikroorganismen bleiben entweder überhaupt erhalten oder ſie bilden Dauerformen, ſtellen aber jede Lebenstätigkeit ein. Die Zerſetzung der Nährböden ſchreitet alſo nicht weiter. Die Kälteauswertung zur Haltbarmachung für kurze Zeit iſt der Hausfrau ſelbſtverſtändlich. Die Induſtrie wertet den Einfluß der

Kälte in Kühlhallen und Gefrieranlagen aus und erreicht dadurch eine Haltbarmachung für längere Zeit. Die zum Leben der Mikroorganismen notwendige Feuchtigkeit wurde ſchon beim Nährboden erwähnt. — Den Schimmelpilzen genügen jedoch ſchon verhältnismäßig geringe Feuchtigkeitsmengen zu ihrer Zerſetzungsarbeit. Bei vielen Konſervierungsarten wird Feuchtigkeit durch Hitze, ferner durch Zucker, Salz, Alkohol und Eſſig entzogen, Mittel, die in Löſungen von beſtimmter Stärke plasmolytiſch, d. i. waſſerentziehend wirken. Die Feuchtigkeit wird nicht nur den Nahrungsmitteln ſelbſt, ſondern dem Zelleib der Erreger genommen, der dadurch ſchrumpft und zugrunde geht. Angewandt wird der Entzug der Feuchtigkeit beim Trocknen der Lebensmittel, beim Pökeln, wobei die Salzlake den Mikroorganismen die Feuchtigkeit entzieht. Neu einfallende Erreger werden durch die plasmolytiſche Eigenſchaft der Salzlake getötet. Beim Räuchern wirkt ebenfalls neben verſchiedenen anderen Einflüſſen der Entzug der Feuchtigkeit konſervierend. Beim Rohrühren von Marmeladen und Gelees wirkt Zucker plasmolytiſch; bei mit Zucker gekochten Marmeladen und Gelees trägt neben der plasmolytiſchen (das iſt waſſerentziehend) Wirkung des Zuckers die Hitze zum Entzug der Feuchtigkeit bei. Bei der Haltbarmachung der Eſſig-Zucker-Früchte und -Gemüſe wirken Hitze, Eſſig und Zucker feuchtigkeitentziehend, beim Rumtopf bewirken Alkohol und Zucker dasſelbe.

Mikroorganismen werden auch durch Zuſätze chemiſcher Mittel (Salizyl) getötet und dadurch eine Haltbarmachung erreicht. Die meiſten Konſervierungsverfahren beruhen auf dem Entzug verſchiedener Lebensbedingungen; z. B. werden beim Steriliſieren die Mikroorganismen durch Hitze getötet und durch Luftabſchluß wird ein Neueindringen derſelben verhütet.

Die Verwertung des Rohmaterials zur Vorratsbereitung

Es folgen Früchte, Gemüſe uſw. in der Reihenfolge wie ſie die Jahreszeit bringt.

Rhabarber

Faſt in allen Gegenden iſt Rhabarber die erſte Pflanze, die uns etwas Friſches im Frühjahr liefert. Beſonders geeignet ſind dicke, rotſtielige Sorten. Wird der Rhabarber möglichſt jung ſchon im Mai oder Juni konſerviert, iſt es nicht nötig die äußere Haut abzuziehen, während das bei älteren Stielen geſchehen ſoll. Rhabarber hat viel Oxalſäure und braucht deshalb ſehr viel Zucker, damit der Geſchmack der Säure gemildert wird. Will man den Zuckerbedarf verringern, ſo empfiehlt es ſich, den vorbereiteten Rhabarber mit kochendem Natronwaſſer zu überbrühen (auf 5 Liter Waſſer 1 Teelöffel doppelkohlenſaures Natron). Das doppelkohlenſaure Natron geht mit einem Teil der Säure eine Verbindung ein und neutraliſiert ſie.

Geeignete Verfahren.

Haltbarmachung ohne Zucker.

Es empfiehlt ſich, weithalſige Flaſchen zu verwenden, den Rhabarber bleiſtiftdick oder würfelig zu ſchneiden und ihn roh einzufüllen.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Als Kuchenbelag den Rhabarber 3 Zentimeter lang ſchneiden, roh in Gläſer feſt einpacken (Zuckerlöſung 1 Liter Waſſer 700 Gr.

Zucker); als Kompott Rhabarber zur beſſeren Ausnützung der Gläſer mit der Zuckermenge leicht vorkochen.

Marmelade, als Geſchmackszutat verwendet man Ingwer oder Vanille (kein Waſſer zugeben — eindicken). (Grundrezept.)

Spargel

Zur Spargelkonſervierung iſt der Hausfrau nur dann zu raten, wenn ſie ihn ſelbſt anbaut. Muß ſie den Spargel aber kaufen, iſt es rentabler, die ſchon fertigen Konſerven zu beziehen. Zum Konſervieren iſt nur Spargel tauglich, der nicht auf Rieſelfeldern gezogen iſt. Auch im Garten angebauter Spargel darf nicht während der Wachstumszeit gedüngt werden. Spargel iſt friſch am Morgen zu ernten und ſofort zu konſervieren.

Er eignet ſich nur zum Sterilisieren in Patentgläſern oder Doſen. Spargel ſchälen (Spargelſchälmeſſer ſehr praktiſch), kurz waſchen, je nach der Länge der Gläſer oder Büchſen gleichmäßig ſchneiden (2 Zentimeter kürzer). Gleichmäßig dicke Stangen gebündelt leicht vordämpfen bis biegſam, kalt überbrauſen, mit den Köpfen nach unten in Gläſer oder Doſen packen, mit einprozentiger kalter Salzlöſung übergießen, ſofort ſteriliſieren. (Siehe Tabellen.) Die raſche vollſtändige Abkühlung der fertigen Gläſer oder Büchſen im kalten Waſſer iſt notwendig.

Gartenerdbeeren

Von den Gartenerdbeeren ſind die Sorten Hanſa, Sieger, Wunder von Köthen, wie alle rotfleiſchigen Früchte, z. B. die Späte von Leopoldshall, beſonders zur Konſervierung geeignet.

Die Früchte müſſen frühmorgens geerntet werden. Es erfolgt dann die Ausſortierung der vollreifen Früchte zu Mark und Saft, der feſten noch nicht vollreifen zum Sterilisieren als ganze Frucht.

Vorbereitung von Beerenobſt. Da Erdbeeren ſich bei der Konſervierung ſtark entfärben, empfiehlt es ſich, Erdbeerfarbe oder einige Körner roten Zuckers zuzuſetzen.

Geeignete Verfahren.

Sterilisieren als ganze Frucht. (Siehe Tabelle und Sonderrezept.)

Mark. Will man dickes Mark, kann man auf einem Stuhlfilter etwas Saft vom Mark ablaufen laſſen.

Marmelade. Da die Früchte durch längeres Kochen ſehr ſtark an Aroma und Farbe einbüßen, iſt die Anwendung eines Fruchtgelierſtoffes wie Opekta oder Frutapekt anzuraten (Sonderrezept). Zu Marmelade können auch die Rückſtände der Saftbereitung verwendet werden. Es iſt jedoch ratſam, alle Beerenrückſtände nicht zur Konſervierung, ſondern zur Bereitung von Flammerie auszunützen oder kalte Süßſpeiſen, da die Rückſtände durch den Saftentzug an Aroma eingebüßt haben und ſich der Zucker zur Konſervierung nicht mehr gut lohnt.

Saft. Früchte vorbereiten. Fruchtzapfen entfernen. Saftgewinnung entweder durch Dampfentſaften, Grundrezept, oder Beeren in Porzellanſchüſſel einzuckern (½ Kilo Beeren 100 bis 200 Gramm Zucker), in kühlem Raum unter öfterem

Umrühren zwei Tage lang Saft ziehen laſſen, durch Stuhlfilter geben, Haltbarmachung des Saftes durch Steriliſieren.

Früchte in Alkohol (Rumtopf) Sonderrezept. Erdbeeren ſind eine wohlſchmeckende Einlage.

Wald- oder Monatserdbeeren

Geeignet zu den gleichen Verfahren, mit Ausnahme des Steriliſierens, beſonders aber zu Marmelade roh gerührt. (Sonderrezept.)

Stachelbeeren

Die Verwendung grüner Stachelbeeren iſt beliebt wegen des feinen ſäuerlichen Geſchmackes, hat aber nur dann Berechtigung, wenn ſo viele Beeren am Stock hängen, daß durch das Auspflücken grüner Beeren die übrigen an Größe zunehmen. Wegen des Nährwertes iſt das Ernten unreifer Früchte unrentabel, denn die Nährſtoffe ſind doch nicht voll zu ihrer Ausbildung gekommen. Reife Stachelbeeren ſind zu Marmeladen beſonders gut.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren als ganze Frucht. (Siehe Tabelle.) Beſonders gut eignen ſich rote Früchte. Stiel und Kelch entfernen, mit dem Stupfkorken einſtechen, damit die Früchte nicht platzen; als Kompott zur beſſeren Ausnützung der Gläſer Früchte vorkochen.

Gelee. Aus unreifen Stachelbeeren am beſten. Als Geſchmackszutat iſt Zitronenſchale oder Vanille beliebt. (Grundrezept zur Geleebereitung.)

Marmelade. Aus den friſchen Früchten oder aus Rückſtänden. Reife Stachelbeeren mit Johannisbeerſaft zu Marmelade gekocht, iſt beſonders fein, ohne Waſſer kochen, Zucker nach Belieben.

Johannisbeeren rot

Eine ſehr wertvolle Frucht iſt die Johannisbeere, da ſie ſehr wohlſchmeckende Produkte liefert, die durch die Konſervierung weder an Farbe noch an Aroma verlieren.

Geeignete Verfahren.

Saft. Dampfentſaften. (Grundrezept.)

Gelee. Da Johannisbeeren ſelbſt viele Pektinſtoffe, die das Gelieren bewirken, enthalten, iſt es unnötig, Fruchtgelierſtoffe wie Opekta oder Frutapekt zu verwenden.

Marmelade, roh gerührt oder gekocht aus Rückſtänden oder ganzen Beeren. Sonderrezept.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.)

Früchte in Alkohol. (Siehe Rumtopf.) Johannisbeeren ſind eine wertvolle Einlage.

Johannisbeeren ſchwarz

Da ſchwarze Johannisbeeren von beſonderem Eigengeſchmack ſind, werden ſie von vielen weniger geſchätzt wie die roten Johannisbeeren, obwohl ihnen Heilwirkung zugeſchrieben wird.

Geeignete Verfahren.

Marmelade. Ohne Kern am beſten. Mark durch Tuttipreſſe gewinnen.

Wein. Am beſten mit roten Johannisbeeren gemiſcht.

Likör.

Erbſen

Erbſen ſind ſchwer haltbar zu machen. Zuſatz von Salizyl zur Aufgußflüſſigkeit iſt unbedingt notwendig. Beſte Konſervierungsſorte: grünbleibende Folger.

Muß die Hausfrau das Rohmaterial kaufen, ſo iſt zur Konſervierung unter keinen Umſtänden zu raten. Sie kauft dann billiger fertige Konſerven. Erbſen werden friſch am Morgen gepflückt und ſofort verarbeitet. Nur junge, nicht mehlige Erbſen dürfen verwendet werden.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) In Gläſern, noch beſſer in Doſen. Doſen und Gläſer dürfen zur Konſervierung von Erbſen, da dieſe quellen, nicht zu voll gepackt werden. Erbſen können auch mit kleinen ganzen Karotten, die mit Buntmeſſer geſchält werden oder mit in Streifen geſchnittenen Gelben Rüben lagenweiſe eingeſchichtet werden.

Karotten

Beſonders gut eignen ſich die kleinen kreiſelförmigen Karotten. Sie werden nach dem Waſchen mit Salz abgerieben oder kurz in kochendes Waſſer mit wenig Sodazuſatz zur Entfernung der äußeren Haut gegeben.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Man kann auch vorbereitete Erbſen lagenweiſe dazwiſchen ſchichten.

Himbeeren

Die Himbeere iſt eine ſehr aromatiſche Frucht — die Waldhimbeere iſt meiſtens wurmig. Um die Würmer zu entfernen, zuckert man die Beeren nach vorſichtigem Waſchen über Nacht leicht ein, wodurch die Würmchen nach oben gehen und leicht abgenommen werden können. Die verbrauchte Zuckermenge iſt von der angegebenen Menge des Rezeptes abzuziehen.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Am beſten verwendet man große, tadelloſe und nicht weiche Gartenhimbeeren.

Marmelade. Auch für Himbeeren iſt die Anwendung eines Fruchtgelierſtoffes wie Opekta oder Frutapekt zur Marmeladenbereitung anzuraten: Wohlgeſchmack, Farbe und Ausbeute werden erhöht.

Früchte in Alkohol (Rumtopf). Sonderrezept. Himbeeren ſind eine beſonders wohlſchmeckende Einlage.

Saft. Geeignete Saftgewinnung auf kaltem Wege; Dampfentſaften. (Grundrezept.)

Fruchteſſig (Himbeereſſig) bevorzugen manche Hausfrauen wegen des ſäuerlichen Geſchmackes und der dadurch durſtſtillenden Wirkung.

Kirſchen

Die ſpät reifenden, dunklen Knorpelkirſchen ergeben die beſten Konſerven. Helle Kirſchen ſollen mit Kirſchrot (auf 2 Liter Zuckerlöſung ½ Gramm) oder mit rotem Zucker (auf 2 Liter Zuckerlöſung 1 Priſe) gefärbt werden.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Man kann Kirſchen auch vor dem Einfüllen entſteinen.

Saft. Dampfentſaften. Ein vorheriges Entſteinen der Früchte iſt nötig.

Marmelade. Auch hier iſt der Zuſatz eines Gelierſtoffes, wie Opekta, ſehr zu raten.

Haltbarmachen durch Eſſig und Zucker. (Siehe Tabelle.)

Trocknen. Die kleinen, ſchwarzen Vogel- oder Bauernkirſchen trocknen ſchnell und ergeben ein wohlſchmeckendes Kompott.

Sauerkirſchen (Weichſel)

Durch ihren ſäuerlichen Geſchmack ergeben Sauerkirſchen beſonders aromatiſche Produkte und behalten bei der Konſervierung Farbe und Geſchmack. Ihre Verwertung iſt ſehr lohnend.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Der Zuckerzuſatz iſt zu erhöhen.

Marmelade. Zuſatz von Gelierſtoff wie Opekta oder Frutapekt iſt zur Sauerkirſchenmarmelade beſonders geeignet.

Saft, wird genau wie Kirſchſaft zubereitet.

Heidelbeeren

Gute Haltbarkeit der Heidelbeeren iſt nur gewährleiſtet, wenn ſie friſch geerntet und trocken ſind.

Geeignete Verfahren.

Haltbarmachung ohne Zucker in Flaſchen. Sonderrezept.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.)

Trocknen. Getrocknete Heidelbeeren werden in Rotwein gekocht und mit Erfolg gegen Durchfall angewandt.

Walnüſſe

Walnüſſe kommen unreif und grün, wenn die Schale noch weich iſt (Juni, Juli), zur Verwendung. Um ein Bräunen der Finger zu verhüten, empfiehlt es ſich, die Nüſſe unter Waſſer zu behandeln.

Geeignete Verfahren.

Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker. (Sonderrezept.)

Likör. Sonderrezept.

Bohnen

Schon bei der Samenbeſtellung beachte man die fadenloſen Sorten, die zur Haltbarmachung beſonders geeignet ſind. Es ſind Buſch-, Schwert-, Wachs- und Feuerbohnen verwendbar. Sie müſſen jung und zart geerntet ſein. Als Prinzeßbohnen bezeichnet man 6 bis 8 Zentimeter lange, ganz zarte Bohnen. Die Vorbereitung der Bohnen beſteht in der Reinigung und in der Zerkleinerung zu Brech- oder Schnittbohnen. Prinzeßbohnen bleiben ganz. Zum Bohnenſchneiden gibt es praktiſche Meſſer und Maſchinen der Alexanderwerke.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Um die Bohnen grün zu erhalten, kann man in das Abwellwaſſer (auf 5 Liter ½ Teelöffel) doppeltkohlenſaures Natrium oder Alaun geben.

Gärverfahren. Sonderrezept Salzbohnen. Bohnen einzuſalzen iſt ein veraltetes Verfahren. Das Gemüſe wird durch die große Salzzugabe vollkommen ausgelaugt und iſt für die Ernährung faſt wertlos, zumal Salzbohnen noch vor der Zubereitung wegen des ſcharfen Salzgeſchmackes gewäſſert werden müſſen.

Haltbarmachung ohne Salz roh in Flaſchen. Sehr gut waſchen, fein ſchneiden, in weithalſige Flaſchen ohne Salz einfüllen, mit gekochtem, vollſtändig abgekühltem Waſſer übergießen, verkorken, Flaſchenhals in Paraffin tauchen, kalt aufbewahren. Beim Verbrauch zur beſſeren Entleerung der Flaſchen offen im Waſſerbad erhitzen.

Pfirſiche und Aprikoſen

Pfirſiche und Aprikoſen ſind ſehr aromatiſche Früchte, die durch die Konſervierung wenig an Wohlgeſchmack verlieren und deshalb beſonders zur Vorratsbereitung zu empfehlen ſind. Die Früchte müſſen zu Marmeladen ſehr gut reif ſein, zum Steriliſieren ſich gut vom Stein löſen.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Haut abziehen. Liebt man den Geſchmack der Kerne, einige aufgeſchlagene geſchälte Kerne zwiſchen die Früchte geben.

Marmelade. Beide Früchte eignen ſich zur Marmeladenbereitung. Farbe und Aroma bleiben gut erhalten; beſonders ſchmackhaft wird ſie durch Bereitung mit Fruchtgelierſtoffen. Stückige Marmelade iſt ſehr beliebt. Frühpfirſiche ſind kleinfrüchtig, jedoch zur Marmeladenbereitung tauglich. Da die Aprikoſenernte in Deutſchland nicht ſehr groß iſt, iſt es zu empfehlen, Pulp als Rohprodukt in 5-Kilo-Doſen einzukaufen und dieſe zu Kuchenbelag und zu Kompott, wozu die Früchte über Nacht eingezuckert werden müſſen, zu verwenden. Aus dem Reſt kann man ſehr gute Marmelade bereiten. — Aprikoſenpulp iſt ungezuckert im Handel und meiſt preiswerter als die friſchen Früchte.

Früchte in Alkohol. (Rumtopf.) Sonderrezept.

Mirabellen und Reineclauden

Beſonders gute Sorten: Metzer Mirabellen und „die von Nancy".

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren als ganze Frucht. (Siehe Tabelle.) Steriliſierte Mirabellen geben im Winter köſtlichen Belag auf Mürbeteigkuchen.

Früchte in Alkohol (Rumtopf). Sonderrezept.

Marmelade mit Fruchtgelierſtoffe empfehlenswert.

Blumenkohl

Blumenkohl darf nicht friſch gedüngt ſein, er muß nach der Ernte ſofort verwendet werden. Die Roſen ſollen weiß und ſchön geſchloſſen ſein.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Zum Vorkochwaſſer den Saft 1 Zitrone geben. Blumenkohl nicht dämpfen, ſondern im Waſſer vorkochen, weil er ſonſt die ſchöne Farbe verliert.

Haltbarmachung durch Eſſig (Mixedpickles). Sonderrezept.

Äpfel

Faſt alle Apfelſorten halten ſich friſch ſehr gut. Zur Konſervierung kommen vor allem Frühäpfel, die oft zuſchnell mehlig werden, Fall- und Moſtäpfel in Betracht.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren als Apfelmark in Flaſchen, Gläſer oder Doſen mit oder ohne Zucker. Auch Winterlageräpfel, deren Haltbarkeit gefährdet iſt, kann man als Apfelmark ſteriliſieren. — Kompott: Äpfel mit Buntmeſſer ſchälen, halbieren oder vierteln, in Zuckerſud mit Zitronengeſchmack bis zum Einfüllen legen.

Gelee. Grundrezept. Die unreifen Äpfel ergeben in Farbe und Aroma gute Produkte. Der ſtark ſüße Geſchmack des Apfelgelees wird vermieden durch Einkochen der Saftmenge auf die Hälfte. Erſt nachher wird der Saft gewogen und das Zuckerverhältnis errechnet. Das beinahe fertige Gelee ſchmeckt man mit Zitronenſaft oder Vanille ab. Den gewonnenen Apfelſaft kann man auch als Halbfabrikat vor der Zuckerzugabe in Flaſchen, Gläſern oder Doſen kurz ſteriliſieren und ſpäter erſt zu Gelee kochen oder ihn Fabrikaten zuſetzen, die man geliert haben möchte.

Saft. Gewinnung wie bei Geleebereitung; Saft mittels Stuhlfilter trennen, ſüßen, auf die behelfsmäßige Art weiter bereiten.

Trocknen. Vorbereitung: Äpfel mit oder ohne Schale in Scheiben ſchneiden, durch Ausſtechen des Kernhauſes Ringe herſtellen.

Brombeeren

Brombeeren haben vollreif einen ſehr würzigen Geſchmack.

Geeignete Verfahren.

Bei Brombeeren ſind die gleichen Konſervierungsverfahren anzuwenden wie bei Himbeeren. Zur Fruchteſſigbereitung ſind Brombeeren jedoch nicht ſo gut geeignet.

Spinat

Spinat eignet ſich nicht beſonders gut zur Konſervierung. Es iſt vorteilhaft, ihn ſo anzubauen, daß man das ganze Jahr friſchen Spinat aus dem Garten beziehen kann. Der Spinat, der konſerviert werden ſoll, darf nicht friſch gedüngt ſein, nicht bei ſchwülem Wetter geerntet werden und ſoll ſofort nach der Ernte haltbar gemacht werden.

Zwetſchgen und Pflaumen

Pflaumen eignen ſich gut zum Steriliſieren, jedoch weniger zu Mus- und Marmeladenbereitung wegen ihres hohen Waſſergehalts.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Als Kuchenbelag vorbereiten und teilen, feſt in Gläſer einlegen und mit wenig Streuzucker ohne Flüſſigkeit ſteriliſieren; ganze Frucht, geſchält, ergibt ein beſonders ſchön ausſehendes Kompott.

Haltbarmachung ohne Zucker in weithalſigen Flaſchen. (Früchte ohne Zucker.)

Mus dick einkochen.

Marmelade. Wenn man die Zwetſchgen vorher ſchält, bekommt man eine beſonders feine Marmelade. Mit Gelierſtoff verſetzt, ſchmeckt Zwetſchgenmarmelade beſonders naturrein und iſt ſchön in der Farbe.

Kompott nicht ſteriliſiert, Sonderrezept Salizylzwetſchgen.

Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker. Sonderrezept Rotweinzwetſchgen. Die Eſſig- und Rotweinzwetſchgen laſſen ſich im Winter vorzüglich für die Herſtellung der bekannten Wiener Zwetſchgenknödel verwenden. Bleibt von den Eſſigzwetſchgen Saft übrig, iſt er ganz beſonders geeignet, das Blaukrautgemüſe (Rotkraut) zu verbeſſern.

Trocknen oder Dörren.

Gurken

Die Gurke kann klein, mittelgroß und ausgewachſen konſerviert werden. Sie iſt beſonders geeignet, die eintönige Winterkoſt ſchmackhaft zu geſtalten und eine anregende Beikoſt zu liefern.

Geeignete Verfahren.

Haltbarmachung durch Eſſig. Eſſiggurken, Senfgurken. Sonderrezept. Die Gurken eignen ſich zu dieſer Haltbarmachung am beſten.

Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker. Süßſaure Gurken. Sonderrezept.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Wer den ſcharfen Eſſiggeſchmack der Eſſig- oder Senfgurken nicht liebt, ſoll dieſelben mit geringen, gerade geſchmackgebenden Eſſigmengen zubereiten und ſie zur ſicheren Haltbarkeit ſteriliſieren. — Sonderrezept Jägergurken. — Sonderrezept Zitronenkräutergurken. — Gurkenſalat. Die geſchälten Gurken dazu in dünne Scheiben ſchneiden, mit leichter Eſſiglöſung übergießen, 20 Minuten bei 80 Grad ſteriliſieren.

Birnen

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Beſonders geeignete Sorten ſind „Williams Chriſt", „Stuttgarter Geißhirtle", „Gute Graue". Birnen, die ſteriliſiert werden ſollen, müſſen, um die Form zu behalten, noch ziemlich hart ſein. Sie können geſchält, ganz, halbiert oder zur beſſeren Glasausnützung zu Kompott vorgekocht ſteriliſiert werden. Bei glattſchaligen Birnen kann das Schälen nach Belieben unterlaſſen werden. Um den Wohlgeſchmack der Birnen zu erhöhen, kann man Zitronenſaft oder Vanille zuſetzen.

Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker. (Siehe Tabelle.) Beſonders geeignete Sorten „Gute Graue". „Joſefine von Mecheln", „Petersbirne".

Trocknen. Kleine und mittelgroße Birnen als ganze Frucht trocknen, große Birnen werden zweckmäßig halbiert. Getrocknete Birnen (Hutzeln) eignen ſich für Früchtebrot und für Kompott.

Tomaten (reif und unreif)

Tomaten ſind als Geſchmackszugabe und zur Soßen- und Suppenbereitung im Winter in der modernen Küche faſt unentbehrlich. Sie eignen ſich zur Vorratsbereitung jedoch nur dann, wenn man ſie aus dem eigenen Garten beziehen kann; müßte man ſie kaufen, wäre der Bezug von fertigem Mark preiswerter.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren (ſiehe Tabelle) als ganze Frucht, in Gläſer gelegt und mit Salzlöſung übergoſſen; als Salat in nicht zu dünne Scheiben geſchnitten, mit leichtem Weineſſig übergoſſen, 15 Minuten bei 80 Grad vorſichtig ſteriliſiert. — Tomatenmark. Es kann auch in Patentflaſchen oder gewöhnlichen Flaſchen mit Sterilophanverſchluß haltbar gemacht werden. (Das Verſchließen und Einſtellen der Behälter.)

Haltbarmachung durch Salz. Sonderrezept.

Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker. Die grünen Tomaten ſind hierzu geeignet, die, ſo verwendet, ein ſehr wohlſchmeckendes ſüßſaures Kompott ergeben.

Preißelbeeren

Sie enthalten viel Benzoeſäure und eignen ſich deshalb ſehr gut zur Konſervierung. Es iſt unnötig, dieſelben zu ſteriliſieren.

Geeignete Verfahren.

Kompott. Will man das Preißelbeerkompott beſonders ſulzig, kann man dazu Apfelſaft verwenden; die Preißelbeeren, mit dieſem zugeſetzt, weichkochen, und dann erſt die vorgeſchriebene Zuckermenge zugeben. — Da Preißelbeeren einen ſtark hervortretenden Geſchmack haben, kann man in kleinen Mengen Streckmittel wie Birnen, Äpfel und Gelbe Rüben verwenden.

Gelee.

Hagebutten

Hagebutten werden geerntet, wenn ſie dunkelrote Farbe haben und reif ſind, jedoch bevor ſie weich werden.

Geeignete Verfahren.

Marmelade. Sonderrezept. Zur Vorbereitung Blüte abſchneiden, Frucht halbieren, Kerne und Haare entfernen (zu dieſer Arbeit alte Lederhandſchuhe anziehen, weil ſonſt die Härchen ſehr unangenehmes Jucken an der Hand verurſachen). Früchte, in Porzellanſchüſſel zugedeckt, im Keller nachreifen laſſen, dabei täglich umrühren, durch Paſſieren das Mark gewinnen. Man kann die Früchte auch halbiert mit den Kernen nachreifen laſſen, dann weichkochen und paſſieren. Bei dieſer Art tritt der Vanillegeſchmack der Kerne ſtärker hervor, die Haarſiebe werden jedoch ſehr in Anſpruch genommen.

Wein. Sonderrezept.

Tee aus den Kernen, der vanilleartiges Aroma beſitzt. Kerne trocknen, durch Abreiben von den Härchen befreien, in Blechbüchſen aufbewahren. Bei der Zubereitung kalt anſetzen, 1½ bis 2 Stunden kochen. Da der Tee harntreibend wirkt, ſoll er nicht regelmäßig genoſſen werden.

Quitten

Die Quitte iſt eine ſehr aromatiſche Frucht, die ſehr gute Vorräte ergibt. In geringen Mengen dem Birnen- oder Apfelkompott zugeſetzt, verleiht es dieſen Kompotten beſonderen Wohlgeſchmack.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.)

Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker. Siehe Tabelle. Beliebt iſt als Geſchmackszugabe Zimt und Ingwer.

Melonen

Die Melonen ſind Früchte, die konſerviert leicht fade ſchmecken; deshalb iſt ein Zuſatz von Eſſig oder Zitronenſaft nötig.

Geeignete Verfahren.

Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker. Siehe Tabelle.

Kürbis

Der Kürbis iſt beſonders zur Haltbarmachung durch Eſſig und Zucker geeignet. Will man die Kürbiſſe zur Garnitur verwenden, ſo kann man ſie mit einem Kartoffelſtecher kugelig formen. Herſtellung wie Melonen.

Schlehen

Es gibt kleine, wilde Schlehen und große Haferſchlehen.

Geeignete Verfahren.

Dörren. Teebereitung.

Holunder

Die Holunderbeeren wirken blutreinigend, bei Fieber lindernd, und ſollen deshalb bei den Vorräten nicht fehlen.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Man kann bis zu ¼ der Menge Zwetſchgen unter die Holunderbeeren miſchen.

Saft. Dampfentſaften. Holunderſaft iſt beſonders zu Kaltſchalen geeignet.

Marmelade. Mark wie bei Heidelbeeren gewinnen.

Zitronen

Wenn die Zitronen im Winter beſonders billig eingekauft werden können, ſind ſie zur Konſervierung geeignet.

Geeignete Verfahren.

Saft. Saftgewinnung durch Auspreſſen. Derſelbe muß aber in möglichſt kleinen Flaſchen (leeren Opektaflaſchen), mit Sterilophanverſchluß verſehen, ſteriliſiert werden. Nach dem Öffnen muß er raſch verbraucht werden.

Haltbarmachung der Zitronenſchale durch Salz. Es empfiehlt ſich, die Zitronen vor dem Teilen abzureiben oder fein zu ſchälen, wobei die weiße Haut nicht an der Schale bleiben ſoll. Die Schalenſtückchen ſchichtet man mit Salz feſt in Gläſer ein, die man gut zubindet und kühl aufbewahrt. Man verwendet die ſo haltbar gemachte Zitronenſchale als Geſchmackszutat bei ſalzigen Speiſen.

Haltbarmachung der Zitronenſchale durch Zucker. Geſchieht, wie oben beſchrieben, und iſt zur Geſchmacksverbeſſerung von Süßſpeiſen geeignet.

Apfelſinen (Orangen)

Apfelſinen ſoll man eigentlich vom Standpunkt der deutſchen Volksernährung aus im Winter nur kaufen, um ſie friſch zu genießen. Zur Konſervierung iſt der Apfelſinenkauf nicht berechtigt, denn es ſtehen uns im Sommer genug deutſche Obſtſorten zur Verfügung, aus denen wir köſtliche Vorräte bereiten können. Im Winter mangelt es uns jedoch in Deutſchland an Vitaminträgern, und die Apfelſinen und Zitronen bilden als eben gereifte friſche Frucht eine außerordentlich geſunde Nahrungsaufwertung.

Geeignete Verfahren.

Marmelade. Sonderrezept.

Steriliſieren von Kuchen

Zu dieſem Zwecke eignen ſich alle Teige. Man verwendet hierzu nur Normalgläſer mit von unten bis oben durchgehender glatter Innenwand. Das Waſſer im Weckapparat muß handwarm ſein, weil ſonſt der Teig zuſammenfällt. Das Glas wird innen erſt gefettet und gebröſelt, wie jede andere Form auch. Hefeteig bis ⅓ einfüllen, bis zur Hälfte gehen laſſen, andere Teige bis zur Hälfte des Glaſes einfüllen. (Beſonders ſchwere Teige eignen ſich nicht dafür.) Der Teig wird dann bei 100 Grad 60 Minuten im Waſſerbad ſteriliſiert. Der Kuchen muß nach dem Steriliſieren noch ſo lange im Waſſerbad bleiben, bis dasſelbe vollſtändig erkaltet iſt.

Rote Rüben

Geeignet zur Verwendung als Salat.

Damit der Farbſtoff nicht auslaugt, läßt man zum Weichkochen der Rüben kurze Blattſtiele daran und überbrauſt darauffolgend kalt. Nicht zu dünne Scheiben mit Buntmeſſer ſchneiden, mit den Geſchmackszutaten Kümmel, würfelig geſchnittenem Meerrettich, Eſſig (nach Geſchmack), Zucker miſchen, in Gläſer oder Steinguttöpfe einſchichten.

Pilze

Nur friſch gepflückte, feſte Pilze, die frei von Maden ſind, ſind zur Vorratsbereitung geeignet. Morcheln, Habichtspilze, Pfifferlinge brüht man am beſten nach der Vorbereitung erſt im ganzen mit kochendem Waſſer, damit ſie den ſcharfen Geſchmack verlieren. Gezüchtete Pilze eignen ſich, wenn ſie mit Jauche gedüngt werden, nicht zur Konſervierung.

Geeignete Verfahren.

Steriliſieren. (Siehe Tabelle.) Zur Vorbereitung kleine Pilze ganz laſſen, große blättrig ſchneiden, mit Salzlöſung übergießen; oder mit Gewürzen, Pfefferkörnern, Zwiebeln und Weineſſig nach Geſchmack in Gläſer ſchichten; oder 15 Minuten im eigenen Saft dünſten, nach Geſchmack würzen, einfüllen.

Trocknen. Dazu Pilze fein aufſchneiden, an der Sonne oder bei gelinder Ofenwärme ledrig werden laſſen. An der Luft getrocknete Pilze kurz in der Röhre nachtrocknen.

Die Küchenkräuter

Zu den gebräuchlichſten Küchenkräutern gehören: Peterſilie, Schnittlauch, Bohnenkraut, Majoran, Boretſch, Dill, Sauerampfer, Kerbel, Beifuß, Portulak, Baſilikum, Eſtragon, Liebſtöckel, Thymian, Salbei, Zitronenmeliſſe. Man will dieſe köſtlichen Würzmittel auch im Winter nicht entbehren und ſucht ſie deshalb haltbar zu machen. Die Konſervierung der Küchenkräuter darf nicht erſt im Herbſt, wenn ſie abgeerntet werden, geſchehen, ſondern dann, wenn ſie im Vollſaft ſtehen und am aromatiſchſten ſind. Manche Kräuter verlieren jedoch durch die Konſervierung ſo ſehr Farbe und Aroma, daß ſie ſich zur Vorratsbereitung nicht eignen, wie Portulak, Boretſch, Schnittlauch und Sauerampfer.

Ein für die Kräuterkonſervierung geeignetes Verfahren iſt das Trocknen. Die Kräuter werden von den großen Stielen befreit und auf Horden in dünner Schicht ausgebreitet. Sie können je nach Art im Schatten, an der Sonne oder durch milde Herdwärme getrocknet werden. Da Farbe und Aroma möglichſt erhalten bleiben müſſen, iſt mit großer Sorgfalt zu trocknen. Es hat ſich ergeben, daß ſich

zum Lufttrocknen eignen: Dill und Baſilikum.

Zum Trocknen an der Sonne: Bohnenkraut, Majoran, Beifuß, Eſtragon, Thymian, Salbei, Zitronenmeliſſe.

Zum Trocknen durch Herdwärme: Peterſilie, Liebſtöckel, Kerbel, aber auch Bohnenkraut, Thymian, Salbei und Baſilikum.

Sogleich nach dem Trocknen reibt man zweckmäßig die Kräuter durch ein Drahtſieb. Man kann die Kräuter einzeln oder auch in erprobten Miſchungen in feſt verſchließbaren Blechbüchſen aufbewahren.

Kohl

Obwohl ſich der Kohl bei richtiger Aufbewahrung ziemlich gut hält, wird er doch viel als Sauerkraut haltbar gemacht. Am beſten geeignet ſind ſehr feſte Köpfe, die nach der Ernte 6 bis 8 Tage abliegen müſſen. An Sorten ſind beſonders zu empfehlen: „Filder“- oder „Spitzkohl“. Auch Blaukraut (Rotkohl) kann ebenſo eingeſäuert werden.

An Geſchmackszutaten ſind Kümmel, Zwiebeln, aber auch Wacholderbeeren beliebt. Salz iſt dazu nur des Geſchmackes halber nötig. Die Haltbarmachung geſchieht durch eine Gärung, die durch Milchſäure-, Hefepilze- und Eſſigſäurebakterien hervorgerufen wird. Die entſtandene Säure ſchützt fertiges Sauerkraut bei richtiger Behandlung und Aufbewahrung vor weiterer Zerſetzung. Sauerkrautbereitung iſt eine der älteſten Arten der Gemüſekonſervierung. Sie ſollte in keinem Haushalt fehlen. Berühmte Ernährungsphyſiologen empfehlen das Sauerkraut, roh und gekocht genoſſen, zur Ernährung, weil es weit weniger blähend als friſches Kraut iſt, weil es durch Säure und Zellſtoff verdauungsanregend wirkt und weil ſogar ſchwer verdauliche Speiſen, wie fette Kartoffelpuffer, Hülſenfrüchte, leichter bei gleichzeitigem Genuß von Sauerkraut vertragen werden.

Rohes Sauerkraut, zuſammen mit der Brühe genoſſen, nur zerkleinert, kurz zum Anwärmen auf Dampf geſtellt, mit brauner Butter oder Öl gemiſcht, wirkt vorzüglich zur Darmanregung und iſt wegen der vorhandenen Milchſäurebakterien ein gutes Mittel gegen ſchädliche giftige Fäulnisvorgänge im Darm. Das ſelbſt eingelegte Sauerkraut liefert uns auch Brühe, in welcher die wichtigſten Stoffe ſind und iſt zum Rohgenuß appetitlicher als gekauftes. (Siehe Sonderrezept.)

Sellerie

Sellerie bewahrt man am beſten in Sand eingeſchlagen auf. Hat man eine ſehr große Menge ſchöner, weißer Knollen, ſo kann man ſie

Steriliſieren (ſiehe Tabelle) in Salzwaſſer vorgekocht und in Scheiben geſchnitten oder mit Eſſig abgeſchmeckt als Salat.

Fleiſch

Zur Vorratsbereitung eignen ſich faſt alle Fleiſcharten, beſonders aber Schwein, Rind, Hammel, Wild, Kaninchen, zahmes und wildes Geflügel. Man bereitet Fleiſchvorräte, wenn man aus der eigenen Haltung Tiere verwerten ſoll und auf dem Lande der Weg zum Metzger zum Fleiſchkauf zu weit iſt; auch wenn vom Jäger ganze Tiere billig geliefert werden oder ein teures Geflügel zur mehrmaligen Ausnützung, vielleicht als Diätkoſt, dienen ſoll.

Einfache grundlegende Anleitung findet man bei:

Konſervierung in Gläſern. (Siehe Rezept.)

Grundlagen für die zweckmäßige Ausführung der Vorratsbereitung

Grundbedingung für eine erfolgreiche Haltbarkeit iſt peinlichſte Sauberkeit bei der Arbeit, außerdem Befolgung aller Vorſchriften, welche die Hausfrau zu ihrer Belehrung, bevor ſie an dieſe wichtige Aufgabe geht, denkend durcharbeiten muß. Vor Beginn der Konſervierungsarbeit richtet die Hausfrau alles, was zum Arbeitsprozeß benötigt wird, zurecht: Töpfe, Geräte, Rohmaterial, auch Zucker und Gewürze uſw. Dann führt ſie die Vorbereitung der Behälter, in welche ſie die Vorräte geben will, aus. Sie ſelbſt und die dazu helfenden Perſonen müſſen in bezug auf Anzug und Arbeitsweiſe ein Bild der Sauberkeit bilden. Es ſei noch kurz erwähnt, wie die Hände, die durch Obſt oft ſehr in Mitleidenſchaft gezogen werden, bei der Konſervierungsarbeit geſchont und gepflegt werden können. Die Anſchaffung von Gummihandſchuhen, die jedoch eng anliegend ſein müſſen, damit man nicht das Gefühl der Unſicherheit bei der Arbeit hat, iſt für ſehr empfindliche Haut unbedingt zu raten. Der Gummihandſchuh kann zur Entfernung der Flecken ausgekocht werden. Ferner iſt das Eintauchen der Hände in Eſſig und das Trocknen derſelben an der Luft vor dem Berühren der Früchte empfehlenswert. Iſt jedoch bereits der Fruchtfarbſtoff in die Hände eingedrungen, ſo reibt man mit der Innenſeite der betreffenden Fruchtſchale die Hände leicht ab oder man hält ſie nach vorheriger Befeuchtung über Schwefeldämpfe, die durch Anzünden von Schwefelſtangen erzeugt werden. Auch durch Abreiben mit Zitronenſaft entfernt man die Obſtfarbſtoffe.

Bei jeder Art der Konſervierung beachte man:

1. Die Qualität des Rohmaterials

Früchte. Nur beſtes, friſches, trocken geerntetes Obſt iſt zu verwenden. Überreife, aber noch tadelloſe Früchte ſind zu Marmeladen oder Saft noch tauglich.

Gemüſe. Nur junge, zarte, nicht friſch gedüngte und nicht auf Rieſelfeldern gezogene Gemüſe dürfen zur Verwendung kommen. Die Heranzucht mit viel Stickſtoffdünger kann ſich in bezug auf Haltbarkeit der Produkte nachteilig auswirken. Zur Konſervierung von Gemüſe iſt nur zu raten, wenn es aus dem eigenen Garten ſtammt oder wenn man genau über die Heranzucht Beſcheid weiß und es tadellos friſch einkaufen kann.

Zucker. Man verlange ausdrücklich ungeblauten Zucker zur Konſervierung und verwende am beſten Platten-, groben Kriſtallzucker oder bei Hutzucker Ia Raffinade. Beim Einkauf dieſer Zuckerſorten erübrigt ſich das Läutern des Zuckers, wie es in alten Rezepten noch angegeben iſt.

Gewürze. Man kaufe in gut gehenden Geſchäften friſche Gewürze, die man meiſt im ganzen, in Mullbeuteln gebunden, mitkochen läßt, um ſie wieder aus dem Einkochgut nehmen zu können.

Fleiſch. Schlachttierfleiſch wird nach gutem Auskühlen je nach Jahreszeit 1 bis 3 Tage nach dem Schlachten, alſo ganz friſch, konſerviert. Notgeſchlachtetes Fleiſch iſt nur zur Konſervierung geeignet, wenn das Tier nicht fieberkrank war und nicht länger innerlich mit Medikamenten behandelt wurde. Wurſtmaſſe, Sulzen kommen friſch bereitet ſofort zur Konſervierung.

Eier ſollen bei eigener Hühnerhaltung ſchon nach 2 bis 3 Tagen, alſo vollfriſch, eingelegt werden.

2. Zweckmäßige Geräte und Behälter

Allgemeines.

Alle Geräte, mit denen das Rohmaterial zur Konſervierung in Berührung kommt, müſſen peinlich ſauber ſein. Die Benützung fettiger, auch nur mit Spuren von Speiſereſten behafteter Schüſſeln, Gerätſchaften, Spülbecken ſchließen von vornherein die Haltbarkeit aus. Stehen der Hausfrau keine beſonderen Geräte zur Verfügung, ſo muß ſie vorher alle Gegenſtände, die ſie zum Konſervieren benötigt, behelfsmäßig in Sodawaſſer auskochen und heiß nachſpülen; dies bedeutet natürlich eine Arbeitsbelaſtung. Zur Anſchaffung eigener Kochlöffel iſt dringend zu raten, da alle zu Speiſen benützten Kochlöffel wegen der Poroſität des Holzes Fettreſte enthalten. Mit der Zeit lohnt es ſich, zur Vorratsbereitung beſonderes Geſchirr und beſondere Geräte anzuſchaffen, ſie nur zu dieſem Zweck zu benützen und ſie geſondert in der Speiſekammer oder in einem Schrank außerhalb der Küche zu verwahren.

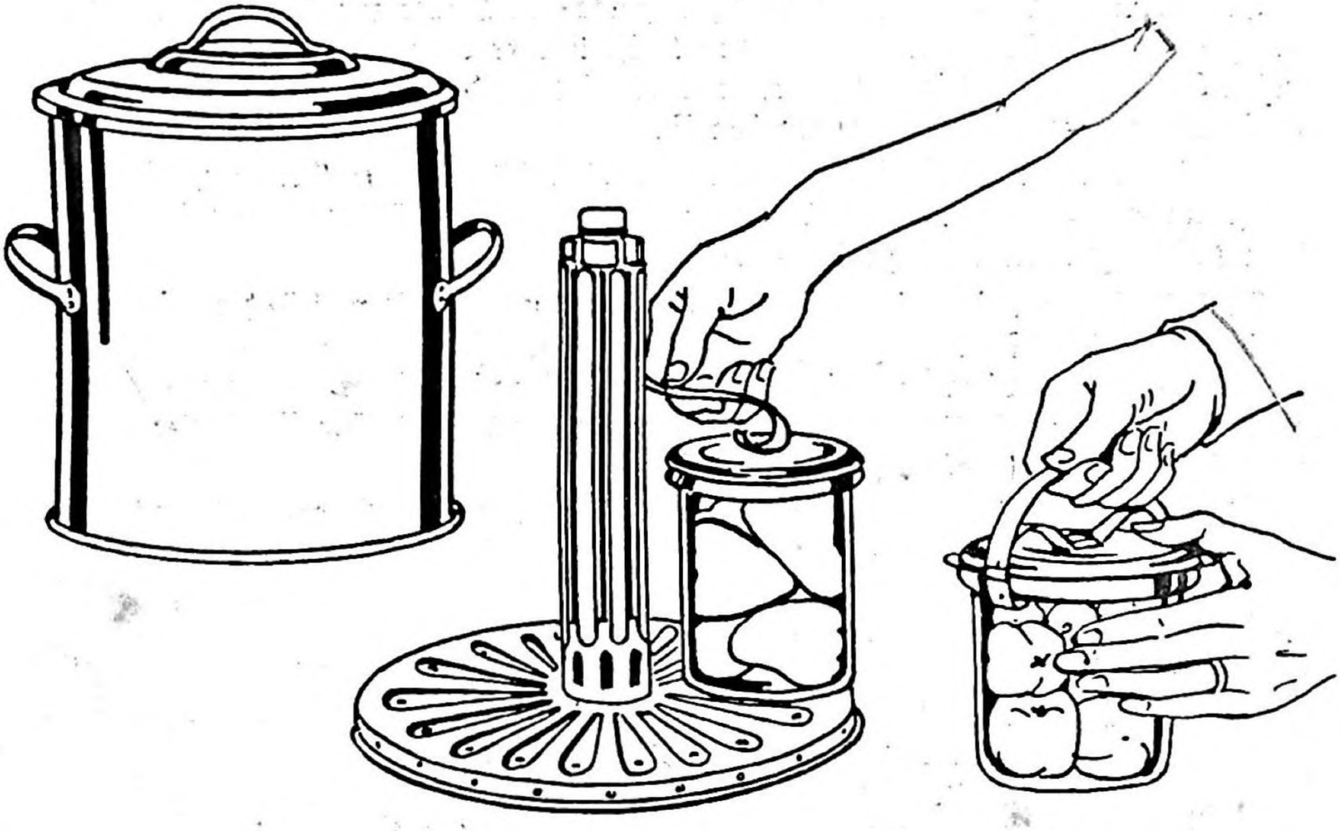
Beſonders geeignete Geräte.

Zum Reinigen aller Gefäße ſind Flaſchen- und Gläſerbürſten zweckmäßig.

Zur Vorbereitung der Früchte und zur Konſervierung ſelbſt ſind nötig: Roſtfreie Meſſer, Holzſtampfer, gradierte Litermaße aus Emaille oder Aluminium, langſtielige Löffel zum Einlegen der Früchte, Haarſiebe, Paſſierhölzer, Trichter zum Einfüllen, Kochlöffel, Seihlöffel, Schöpflöffel, am beſten aus Aluminium.

Kochtöpfe ſollen möglichſt flach und weit ſein. Dieſe Form iſt deshalb zu wählen, weil das Konſervierungsgut darin ſehr raſch zum Kochen kommt und die Produkte durch die verkürzte Kochzeit viel anſehnlicher bleiben. Als Material kommt gutes Markenemaille, Aluminium oder Meſſing in Betracht. Meſſing iſt wohl ſehr widerſtandsfähig, hat aber den Nachteil, daß man Eſſigſud darin nicht ſtehen laſſen darf, weil ſich ſonſt Grünſpan bildet.

Zum Steriliſieren ſind Steriliſierapparate mit Gläſerhaltern, welche die Firmen Weck, Rex, Kieffer, Adler uſw. zum Kauf anbieten, zu empfehlen. Dazu gehörig iſt 1 Thermometer mit Blechhülſe, den man hängend aufbewahren muß, ferner Klammern, um einzelne Gläſer ſteriliſieren zu können.

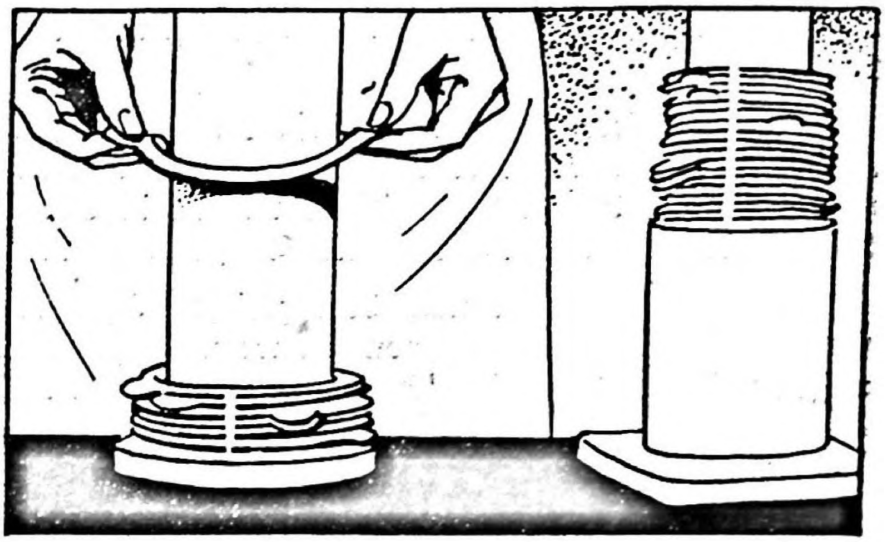


Zum Vordämpfen von Gemüſen iſt ein Dämpfeinſatz aus Aluminium oder aus ſtark verzinnntem Weißblech ratſam.

Zu den Verſchlüſſen ſoll die Hausfrau vorrätig beſitzen: Cellophan-, Sterilophan- und Pergamentpapier, Gummiſchnüre und Bindfaden, Paraffin und dazu ein Stielpfännchen zu deſſen Verflüſſigung, feinporige gerade Korken, Schwefelſtangen.

Zur Aufbewahrung der Gummiringe dient ein Rundholz (Wellholz). Dieſes kann in der Größe der genormten Gummiringe fertig gekauft oder vom Drechſler hergeſtellt werden. Da die Gummiringe auf dieſem Rundholz flach liegen, iſt die Haltbarkeit eine erhöhte.

Behälter zum Einfüllen der Vorräte: Alles, was an Gläſern, Flaſchen im Haushalt vorhanden iſt, kann zur Konſervierung verwendet werden. Zweckmäßig iſt es jedoch, einheitliche Behälter anzuſchaffen, die die Überſicht erleichtern, bequem ſind und oft auch eine größere Haltbarkeit zur Folge haben. Zum Sterili-



ſieren eignen ſich beſonders genormte Markengläſer, mit DIN bezeichnet. Gummi und Deckel ſind für jede Glasgröße paſſend. Das läſtige und zeitraubende Zuſammenſtellen von paſſenden Ringen, Deckeln, Gläſern fällt weg, die Beſchaffung von Erſatzteilen iſt einfacher. Beſonders zu raten ſind Gläſer mit breitem Rand, da dieſe haltbarer ſind und einen beſſeren Verſchluß gewährleiſten. Zur Aufbewahrung von Gelee ſind koniſch zulaufende Geleegläſer zu empfehlen. Gelee kann aus dieſen leicht geſtürzt werden und ſieht hübſch aus. Für Marmeladen und zum Sterilisieren ohne Patentgläſer (behelfsmäßig) eignen ſich die ſpeziellen Marmeladengläſer mit eingebuchtetem Rand. Der Verſchluß läßt ſich bei ſolchen Gläſern gut anbringen.

Krüge ſollen zur Aufbewahrung des Konſervierungsgutes nicht verwendet werden, da der Inhalt in dieſen Gefäßen ſchwer kontrollierbar iſt. Zu Eſſig- und Zuckerfrüchten, Preißelbeeren, Heidelbeeren, ſind Steinguttöpfe angebracht. Die Größe der Steinguttöpfe muß dem Verbrauch angepaßt ſein. Der Inhalt zu groß gewählter Töpfe wird zu langſam verbraucht und verdirbt daher ſehr leicht.

Flaſchen ſollten nur für Fruchtſäfte zur Verwendung kommen. Durchſichtige Flaſchen ſind beſonders geeignet, da ſich die Säfte leicht beobachten laſſen, doch können der Sparſamkeit halber auch vorhandene dunkle Flaſchen genommen werden. Patentflaſchen erſcheinen einfach in der Handhabung. Es iſt aber beſonderes Augenmerk auf ſorgfältiges Reinigen des Verſchluſſes zu legen. Die Gummiplättchen ſind in Sodawaſſer auszukochen, in heißem Waſſer nachzuſpülen und noch heiß direkt vor dem Einfüllen auf den Porzellankopf zu ſetzen, da ſonſt leicht Schimmelbildung in der Flaſche auftritt. — Zur Aufbewahrung von Gemüſe und Obſt ſind Flaſchen ſchlecht geeignet. Sie ſind billig und werden deshalb wohl für manche Haushaltungen immer verwendet werden. Das Einſchichten des Vorratsgutes, noch mehr das Entleeren, iſt jedoch bei Verwendung von Flaſchen ſo zeitraubend, daß ſich die Neuanſchaffung von Gläſern wohl bald bezahlt machen wird.

Vorbereitung der Behälter

Zu fertigem heißen Einkochgut wie Marmeladen, Gelees uſw. werden die Behältniſſe vorher in heißem Sodawaſſer mit Gläſerbürſte gründlich gereinigt und heiß nachgeſpült. Zum Trocknen ſtellt man ſie zweckmäßig in die warme

Röhre auf Drahtunterſätze und nimmt ſie erſt vor dem Einfüllen trocken und heiß heraus.

Zum Steriliſieren werden die Gefäße ebenſo geſpült und naß auf ein friſches Gläſertuch geſtürzt. Deckel und Gummiringe bleiben bis zur Verwendung in heißem Waſſer liegen. Gummiringe werden in Sodawaſſer kalt aufgeſetzt, zum Kochen gebracht, in friſches reines Waſſer bis zur Benützung gelegt.

Steinguttöpfe werden nach dem gleichen Spülprozeß über Schwefeldämpfe, die man durch Abbrennen von Schwefelſtangen erzeugt, geſtülpt. Die Töpfe müſſen naß ſein, damit ſich ſchwefelige Säure bilden kann und müſſen umgeſtülpt bis zum Einfüllen ſtehen bleiben.

Flaſchen. Staubige Flaſchen werden über Nacht in Soda- oder Holzaſchenlauge eingeweicht. Flaſchen, in denen der Inhalt Schimmel zeigte, müſſen gründlich gereinigt und in Sodalauge ausgekocht werden, damit alle Schimmelpilze vernichtet ſind.

Vorbereitung von Obſt und Gemüſe

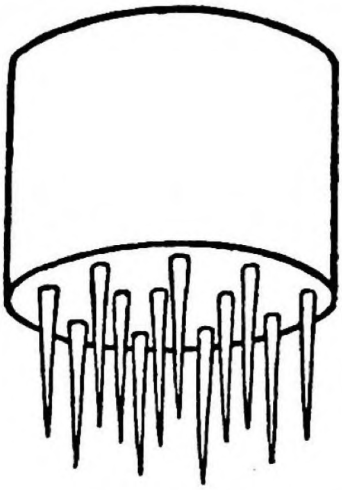
Das Sortieren: Die Früchte werden je nach Reifegrad verwendet. Zum Steriliſieren nimmt man nur feſte Früchte, zu Marmeladen finden vor allem die vollreifen Verwendung. Überreife, nicht mehr tadelloſe Früchte werden zu Friſchkompott gekocht und gleich verwendet.

Das Reinigen iſt beſonders wichtig. Stein- und Kernobſt werden mehrere Male gewaſchen. Beerenobſt wird auf ein Sieb gegeben, in eine Schüſſel mit kaltem Waſſer mehrere Male getaucht, wobei das Waſſer öfters gewechſelt werden muß. Preißelbeeren werden erſt verleſen, dann in eine Schüſſel mit kaltem Waſſer gegeben; die ſchlechten Beeren und die Blätter ſetzen ſich oben ab. — Gemüſe werden vor dem Zerkleinern gewaſchen, nachher nur noch raſch überbrauſt.

Das Schälen verbeſſert bei vielen Früchten, wie z. B. bei Zwetſchgen, Pfirſichen, Geſchmack und Ausſehen. Kernobſt wird mit dem Buntmeſſer geſchält; die Frucht ſieht dann gerillt aus. Bei Steinobſt, Zwetſchgen, Aprikoſen, Pfirſichen entfernt man die Haut durch 1 bis 3 Minuten langes Eintauchen der Früchte in kochendes Waſſer. Man legt dazu das Obſt am beſten auf ein Haarſieb.

Das Anlaufen (Verfärben) der Früchte nach dem Schälen wird vermieden, wenn man die Zuckerlöſung zuerſt bereitet, die Früchte ſofort nach dem Schälen in den heißen Sud legt und dann erſt in Gläſer ſchichtet. Man kann bei Früchten, zu denen ſich Zitronenſaft eignet, wie zu Äpfeln, Birnen, Quitten ſchon dem Sud Zitronenſaft zuſetzen, die Früchte bleiben dann beſonders hell. Auch das Einſchlagen der geſchälten Früchte in ein mit Salzwaſſer getränktes Tuch hat ſich bewährt. Arbeitet die Hausfrau flink, ſo genügt es auch, die geſchälten Früchte in die Gläſer zu füllen und dann ſofort den heißen Sud darüber zu gießen. Auf alle Fälle ſoll man die geſchälten Früchte nie in Zitronen- oder Eſſigwaſſer legen, das man nachher wegſchüttet. Wertvolle Nähr- und Aromaſtoffe gehen damit verloren.

Das Entſteinen. Dazu kommen verſchiedene mehr oder weniger praktiſche Geräte



in den Handel. Zum Kirſchenentſteinen kann man ſehr gut eine glatte Haarnadel, zum Häkchen gebogen, verwenden.

Das Stupfen iſt notwendig bei ſehr ſaftigen Früchten wie Stachelbeeren, ganzen Zwetſchgen, Mirabellen, um ein Platzen der Früchte und ein nachheriges Steigen zu verhüten. Die Abbildung zeigt ein praktiſches Gerät, das ſich jede Hausfrau ſelbſt herſtellen kann. Man ſchneidet einen Kork um ein Drittel kürzer und beſteckt ihn mit ſtarken Stecknadeln, ſo daß man damit ſtupfen kann.

Das Vordämpfen der Gemüſe zum nachfolgenden Trocknen und Steriliſieren.

3. Das Einfüllen

Das Einfüllen des rohen Materials geſchieht, wie angegeben iſt. Das fertig gekochte Erzeugnis wie Marmeladen, Gelees, Kompotte, die nicht ſteriliſiert werden, wird möglichſt heiß eingefüllt. Damit die Gläſer nicht ſpringen, ſtellt man dieſelben auf zuſammengefaltete Tücher oder gibt einen Silberlöffel in das Glas. Nach neuen Erfahrungen werden alle fertigen Erzeugniſſe randvoll eingefüllt und ſofort heiß zugebunden. Eine beſſere Haltbarkeit wird dadurch erreicht.

4. Das Verſchließen

Dem Verſchließen des ſteriliſierten Gutes iſt beſondere Sorgfalt zuzuwenden. Für Marmeladen, Gelees, Eſſigfrüchte, Kompotte eignen ſich folgende Verſchlüſſe:

Der Cellophanverſchluß iſt beſonders für kleinere bis mittlere Marmeladen- und Geleegläſer geeignet.

Marmelade und Gelee werden randvoll heiß eingefüllt, das Verſchlußpapier in kaltem Waſſer befeuchtet, zwiſchen reinem Gläſertuch leicht nachgetrocknet, ſofort über die Gläſer geſpannt, angedrückt, mit Gummiſchnur befeſtigt. Das fertig verſchloſſene Glas wird ſofort mit Porzellanteller bedeckt, geſtürzt. In dieſer Lage läßt man das Glas erkalten.

Der Pergamentverſchluß iſt für Töpfe mit weiten Öffnungen, für Kompotte und Mus geeignet. Mus wird am beſten nach der Fertigſtellung heiß, und zwar ohne Verſchluß 2 bis 4 Stunden in die Röhre zum Abtrocknen geſtellt. Zur erhöhten Haltbarkeit von Kompott, das nicht ſteriliſiert wird, legt man ſofort nach dem Einfüllen ein Schwefelſtückchen obenauf, zündet es an und bindet es ſofort zu. Pergamentpapier wird wie Cellophan vorbereitet. An Stelle von Gummi verwendet man hier Bindfaden.

Der Seidenpapierverſchluß kommt nur für kleine Gläſer in Betracht. Seidenpapier wird in Magermilch eingetaucht, raſch auf einem ſauberen Tuch getrocknet, auf das Glas geſpannt und feſtgedrückt. Nach dem Trocknen hält das Papier am Glaſe feſt. Es empfiehlt ſich, vor dem Verſchließen ein mit Alkohol getränktes Papier auf das fertige Gut zu legen.

Der Korkverſchluß. Gerade Korken, nicht ſolche, die ſich nach unten verjüngen, ſollen gekauft werden. Die Korken müſſen neu ſein. Vor der Verwendung ſetzt man ſie in kaltem Sodawaſſer zu und läßt ſie zum Kochen kommen. Dabei iſt es notwendig, ſie mit einem Teller zu beſchweren, damit ſie ganz mit Flüſſigkeit bedeckt ſind. Das Konſervierungsgut wird kochend heiß eingefüllt, der Kork aus dem kochend heißen Sodawaſſer ſofort auf die Flaſche geſetzt, mit Korkenverſchlußmaſchine verſchloſſen. Der Kork darf möglichſt nicht über die Flaſche hinausſtehen. Nach dem Verkorken muß die gefüllte Flaſche 1 Stunde lang in einen Korb oder in eine mit Holzwolle ausgelegte Kiſte geſtürzt werden, damit die heiße Flüſſigkeit nochmals mit dem Kork in Berührung kommt und dieſen ſteril macht. Nachher wird der Flaſchenkopf in heißes Paraffin getaucht. Dadurch, daß das Paraffin erhärtet, werden die Poren des Korkes verſchloſſen und ein luftdichter Verſchluß verbürgt.

5. Die Aufbewahrung und Pflege

Die Vorräte müſſen in trockenen, kühlen, froſtfreien Räumen aufbewahrt werden, Feuchtigkeit iſt beſonders ſchädlich. Die Gläſer und durchſichtigen Flaſchen ſollen vor hellem Licht geſchützt werden. Das Beſchriften der einzelnen Behältniſſe mit Datum und Inhalt iſt ratſam.

Die Kontrolle der Vorräte.

In den erſten 4 bis 6 Wochen iſt die Nachſchau der Vorräte beſonders nötig. Steriliſierte Vorräte werden durch leichtes Drehen des Deckels geprüft. Werden aufgegangene Gläſer gleich bemerkt, ſo unterſuche man, ob das Aufgehen am Glas, am Gummiring oder am Deckel liegt und probiere, ob durch folgendes Verfahren ein Verſchluß zuſtande kommt: Auf die Innenſeite des Deckels gießt man etwas Alkohol, entzündet ihn und gibt den Deckel ſofort auf das Glas. Auf dieſe Weiſe kann das nochmalige Steriliſieren in vielen Fällen geſpart werden.

Zeigt ſich auf den Vorräten Schimmelbildung, ſo iſt es zweckmäßig, entweder den Inhalt des betreffenden Glaſes zu verbrauchen oder durch Entfernen des Schimmels und nochmaliges Aufkochen das Gut zu erhalten. Schimmel iſt der Geſundheit nicht ſchädlich; manche Nahrungsmittel, z. B. Käſe, bekommen durch verſchiedene Arten von Schimmel erſt ihren typiſchen Geſchmack.

Es iſt angebracht, in die Speiſekammer für empfindliche Vorräte einen beſonderen Platz frei zu laſſen, eine ſogenannte Beobachtungsecke, um oft das Augenmerk darauf lenken zu können. Gärgemüſe wie Sauerkraut, Salzbohnen uſw. dürfen nicht im Vorratsraum mit Marmeladen und Gelees zuſammenſtehen.

6. Das Öffnen und der Verbrauch der Vorräte

Das Öffnen der Doſen muß mit praktiſchen Inſtrumenten geſchehen, damit nicht zuviel von der Doſenhöhe verbraucht wird. Man verlange in den Haushaltungsgeſchäften den ſehr praktiſchen Doſenöffner „Propeller" oder „Sieger". Das Öffnen der Patentſteriliſiergläſer ſoll nicht durch Ziehen an der Gummilaſche geſchehen, der Gummi wird dadurch leicht beſchädigt und gedehnt. Der Weckglasöffner, ein kleines Inſtrument, das durch Schrauben zwiſchen Glas und Gummi eingreift, iſt ſehr empfehlenswert. Alle Verſchlüſſe, wie Pergamentpapier, Cellophan ſollen möglichſt für die nächſtjährige Benützung geſammelt werden. Damit ſich die Verſchlüſſe leicht abheben laſſen, iſt es gut, ſie an den Rändern zu befeuchten. Nachher müſſen ſie geglättet und getrocknet und nach Größe geordnet werden.

Für den Verbrauch des Konſervierungsgutes iſt zu raten, daß das Herausnehmen aus größeren Gefäßen, die nicht auf einmal entleert werden, nur mit reinem Silberlöffel unter ſofortigem Zubinden des Reſtes geſchieht. Wertvolleres Steriliſiergut, das man noch einige Zeit weiter verwenden will, kann man nachſteriliſieren.

7. Die Verwendung von chemiſchen Zuſätzen und Farbmitteln

Die gebräuchlichſten chemiſchen Zuſätze, die die Hausfrau zur Vorratsbereitung verwendet, ſind Salizyl, Oetkers Einmachhilfe, Hadenontabletten = benzoeſaures Natrium, Weinſteinſäure. Hierher kann man auch den Süßſtoff rechnen, der von manchen Hausfrauen, um Zucker zu ſparen, zum Teil den ſteriliſierten Vorräten zugeſetzt wird. Chemiſche Zuſätze haben den Vorteil, die Vorräte ſicherer haltbar zu machen.

Zuckerloſe Früchtekonſervierung

Viele Hausfrauen ziehen während der Sommermonate, in denen ſie ohnehin ſchon große Zuckermengen verbrauchen, eine Haltbarmachung ohne Zucker vor. Dieſe Haltbarmachungsart läßt ſich jedoch nur dann ausführen, wenn man entweder Früchte wie Rhabarber, Heidelbeeren verwendet, die ſich durch ihren hohen Fruchtſäuregehalt (Oxalſäure, Gerbſäure) leicht konſervieren laſſen oder wenn man bei weniger ſäurehaltigen Früchten die Konſervierung durch Steriliſieren unterſtützt.

Früchte, die roh eingelegt werden ſollen, müſſen in weite, gut vorbereitete Flaſchen (Patentflaſchen, Sektflaſchen) gefüllt werden. Man übergießt ſie mit abgekochtem und wieder erkaltetem Waſſer, verkorkt ſie, taucht den Flaſchenkopf in aufgelöſtes Paraffin und bewahrt ſie dunkel und kühl auf. Auf die Aufbewahrung muß beſonderes Augenmerk gerichtet werden, da ſonſt leicht eine Gärung eintreten könnte. Verwendet man zum Einfüllen enge Flaſchen, ſo bedeutet das Entleeren der Behälter eine unnötige Zeitvergeudung und iſt deshalb nicht zu empfehlen. Um die Flaſchen leichter entleeren zu können, erhitzt man ſie offen in einem Waſſerbad zirka ½ Stunde lang. Man kann dazu Zucker in die Flaſche geben, damit der Geſchmack gut durchzieht. Der Inhalt fällt zuſammen und läßt ſich leichter aus der Flaſche gießen. Zur Haltbarmachung ohne Zucker von Früchten mit geringem Säuregehalt empfiehlt ſich vor allem das Steriliſierverfahren. Daß dasſelbe auch in einfachen Gläſern mit Erſatzverſchlüſſen ausgeführt werden kann, wurde bereits erwähnt.

Die Verfahren

Hat nun die Hausfrau unter den Früchten und Gemüſen, wie ſie die Jahreszeit bringt, diejenigen ausgewählt, die ſich für ihren Haushalt zur Konſervierung eignen, ſo findet ſie bei den angegebenen Verfahren, ohne vielerlei Rezepte durchprüfen zu müſſen, den grundſätzlichen Weg gewieſen, den ſie gehen muß, um brauchbare Produkte zu erhalten. Bekommt die Hausfrau Rezepte durch Bekannte, ſo kann ſie dieſe auf Grund der vorhandenen Kenntniſſe, durch Klarheit über die Bedingungen der Haltbarkeit und der Verfahren prüfen und dann erſt richtig anwenden.

Das Dunſtobſt

Die Hausfrau ſpricht heute noch vielfach vom Dunſtobſt oder vom Eindünſten. Dieſe Bezeichnung war berechtigt zu Zeiten unſerer Großmutter, wo man nur dieſes Verfahren kannte. Heute wollen wir aber verwirrende Begriffe ausmerzen, denn Dunſtobſt iſt nichts anderes als ſteriliſiertes Obſt, das aber nicht durch Patentverſchluß luftdicht verſchloſſen wird, ſondern durch verſchiedene Erſatzverſchlüſſe wie Schweinsblaſe, Sterilophan, Pergament. Auch die Ausdrücke „einkochen", „einſteriliſieren", „eindünſten", mit denen man keineswegs klare Begriffe verbinden kann, ſollen nicht mehr gebraucht werden. Wir verwenden nun bei den einzelnen Verfahren die richtigen Ausdrücke.

Das Steriliſieren

von Früchten, Gemüſen, Fleiſch und Fleiſcherzeugniſſen. Dieſes Verfahren wird auch als „Friſchhalten" bezeichnet.

Der Ausdruck „ſteriliſieren" iſt abzuleiten von ſteril = keimfrei. Durch Erhitzen auf eine beſtimmte Temperatur und Zeit ſucht man das Töten der Mikroorganismen zu erreichen. Der Luftabſchluß, der das Hinzukommen neuer Mikroorganismen verhindert, wird entweder durch Gummi und Glasdeckel (Patentverſchluß genannt) oder durch Erſatzverſchlüſſe erreicht. Bei den Patentgläſern kommt ein luftdichter Abſchluß dadurch zuſtande, daß ſich durch Erhitzen des Glasinhaltes das Konſervierungsgut ausdehnt und die Luft verdrängt; durch Abkühlen des Glasinhaltes zieht ſich dieſer zuſammen, ſo daß im Glas ein luftverdünnter Raum entſteht. Der Luftdruck außerhalb des Glaſes iſt größer als der im Glas, deshalb hält dasſelbe zu. Man erreicht aber dieſen Verſchluß nur, wenn man den Bügel (Halter), der den Deckel beim Steriliſieren leicht andrückt, bis zum vollſtändigen Abkühlen des Inhaltes auf dem Glaſe läßt.

Man kann in verſchiedenen Behältniſſen ſteriliſieren, entweder in Patentgläſern und Doſen bekannter Firmen mit Gummi- und Deckelverſchluß oder in gewöhnlichen Behältern mit Erſatzverſchlüſſen. Dieſe behelfsmäßige Art zu ſteriliſieren nannte man früher Dunſtobſtbereitung.

Man verwendet zu den Erſatzverſchlüſſen verſchiedene Mittel wie Sterilophan oder Einſiedehaut, Schweinsblaſe.

Man kann das zu ſteriliſierende Gut auf verſchiedene Art fertigſtellen: entweder im Waſſerbad in Patenttöpfen bekannter Firmen wie Weck, Rex uſw. mit Einſatz und Klammern oder im Heubad in gewöhnlichen Töpfen, die einzelnen Gläſer mit Klammern verſchloſſen („Aſo"-Klammern mit Schraubverſchluß ſind beſonders empfehlenswert) oder trocken ſteriliſiert im Gas- oder elektriſchen Ofen, im Heibacko oder in der Grude. Zum Trockenſteriliſieren eignen ſich beſonders die Emaillebehälter der Firma Baumann mit Gummi- und Glasdeckelverſchluß. Dieſe Baumannbehälter können zum Erhitzen direkt auf die Herdplatte geſtellt werden. Sie ſind ſehr widerſtandsfähig, daher für den Großbetrieb verwendbar.

Die Vorteile des Steriliſierverfahrens ſind:

Beſte Haltbarkeit durch die zuſammenwirkende Konſervierungsmethode (Tötung der Mikroorganismen und Luftabſchluß).

Erhaltung des natürlichen Geſchmackes und Ausſehens. Zucker und Salz, Zuſätze, die den Naturgeſchmack beeinträchtigen, müſſen zu dieſem Verfahren nicht der Haltbarkeit wegen zugeſetzt werden, ſondern nur nach Belieben als Geſchmackszutat.

Möglichkeit der Herſtellung zuckerloſer Vorräte wie z. B. Kompotte für Diabetiker, von Mark und Obſtſäften als Halbfabrikate, die man im Verlaufe des

Winters zu Eis oder Creme, zu Gelee- und zur Marmeladenbereitung verwenden kann. Die Hausfrau kann dadurch die Ausgabe für Zucker und die Arbeit der Bereitung auf das ganze Jahr verteilen.

Das Steriliſieren von Früchten in Gläſern und Flaſchen.

Man ſteriliſiert:

rohe Früchte, die ſich in erſter Linie dazu eignen. Die Frucht kommt ganz oder geteilt zur Verwendung, da ſie auf dieſe Weiſe am anſehnlichſten iſt;

zu Kompott vorgekochte Früchte, die man mit Zucker nach Geſchmack kurz vorkocht und in Gläſer füllt. Durch das Vorkochen bringt man mehr Früchte in die Gläſer, nützt ſie deshalb beſſer aus;

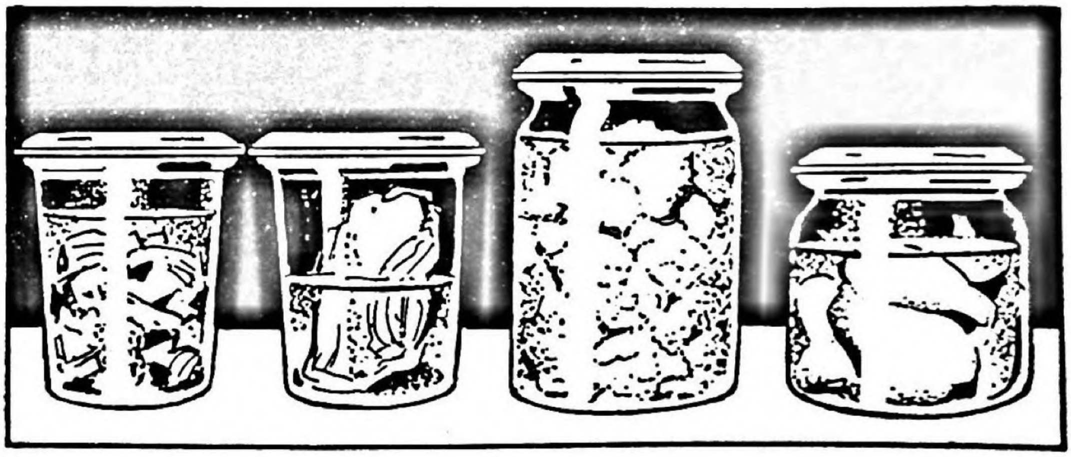
zu Mark verarbeitete Früchte, das man auch ganz ohne Zucker herſtellen kann;

zu Marmeladen und Saft verarbeitete Früchte, die ſich bei genügender Zuckerzugabe und Kochzeit ja auch ohne nachfolgenden Steriliſierprozeß halten würden. Man ſteriliſiert aber trotzdem, weil man dann die Produkte weniger ſüßen, kürzer verkochen muß; der Naturgeſchmack der Vorräte iſt dadurch ein weit größerer, die Haltbarkeit iſt in dem Fall beſonders gewährleiſtet. Viele Hausfrauen ſteriliſieren Fertigprodukte wie Marmeladen, Kompotte auch dann, wenn die Aufbewahrungsräume feucht ſind und Schimmelbildung zu fürchten iſt.

Süßen der Früchte. Die Zuckermenge richtet ſich nach dem Zuckergehalt der Früchte. Der Zucker wird entweder in Form einer Zuckerlöſung oder als Streuzucker zwiſchen die Früchte nach Geſchmack gegeben. Das Einſtreuen des Zuckers hat jedoch den Nachteil, daß die Gläſer nach dem Steriliſieren nicht mehr ganz gefüllt ſind, da den Früchten durch den Zucker ſehr viel Saft entzogen wird und ſie dadurch ſtark zuſammenfallen.

Grundrezept Zuckerlöſung: Für ſaure Früchte auf 1 Liter Waſſer 600 bis 750 Gramm Zucker, für ſüße Früchte auf 1 Liter Waſſer 250 bis 300 Gramm Zucker.

Das Einlegen der Früchte. Über die Vorbereitung (ſtupfen, ſchälen, teilen ſiehe Steriliſieren). Man ſtellt die Gläſer am beſten auf vierfach zuſammengelegtes feuchtes Tuch, legt die halben Früchte mit der Wölbung nach oben mittels langſtieligem Löffel ein. Damit ſich die Früchte gut legen, ſtößt man die Gläſer öfters leicht auf. Unempfindliche Früchte kann man mit Holzſtößel eindrücken. Beerenobſt füllt man am beſten mit einem Wecktrichter ein. Die Gläſer müſſen bis etwa 1 bis 1½ Zentimeter unter den Rand gefüllt und eng gepackt ſein. Darauf wird die Zuckerlöſung, deren Temperatur unweſentlich iſt, aufgegoſſen.



Steriliſiertabelle für Obſt.

Obſtarten	Vorbehandlung	Steriliſier-Grad	Steriliſier-Dauer Minuten		Merke
			Enge Gläſer	Weite Gläſer	
Äpfel	ſchälen, halbieren, Kernhaus entfernen, eventuell vierteln	80	10—20	25—30	Steriliſierdauer iſt von der Härte des Obſtes abhängig
	zu Mus	90	20	30	
Aprikoſen	ſchälen, nach Belieben kleine ganz laſſen, große halbieren	75	5—10	10—15	beſonders langſam erhitzen, 2 Kerne in ein Glas Früchte geben
Birnen	ſchälen, halbieren, Kernhaus entfernen	90	20—30	30—45	Steriliſierdauer iſt von der Härte des Obſtes abhängig, ſehr harte Birnen werden zweckmäßig zuerſt in Zuckerlöſung halbweich gekocht
Blaubeeren	roh einſchichten, mit Streuzucker (etwa 100 Gramm auf ein 2-Liter-Glas)	80	15	20	nach dem Einſchichten mit Zucker zirka 4 Stunden ſtehen laſſen, Glas aufſtoßen, nachfüllen
	oder mit gleicher Zuckermenge vorkochen und dann einfüllen	80	15	20	
Brombeeren	roh einſchichten wie Blaubeeren	75	10	15	
	oder vorkochen	75	10	15	
Erdbeeren	Sonderrezept				
Heidelbeeren	= Blaubeeren!				
Himbeeren	wie Blaubeeren, beſonders große Gartenhimbeeren wählen	75	10	15	beſonders langſam erhitzen!
Holunder	entſtielen, ſonſt wie Blaubeeren	80	15	20	
Johannisbeeren	abbeeren, mit Zuckerlöſung auf etwa 70 Grad erhitzen, einfüllen, im Glas vor dem Steriliſieren erkalten laſſen	75	10	15	

Obſtarten	Vorbehandlung	Sterilisier-Grad	Sterilisier-Dauer		Merke
			Enge Gläſer	Weite Gläſer	
			Minuten		
Kirſchen	entſtielen	80	25	30	
Kirſchen ſauer		80	25	30	
Melonen	ſiehe Haltbarmachung in Eſſig und Zucker	80	20	25	
Mirabellen	ſtupfen	75	20	30	ſehr langſam erhitzen und abkühlen
Pfirſiche	nach Belieben ſchälen, halbieren	75	15	25	in ein Glas Früchte 2 Kerne geben
Pflaumen	ganz laſſen	75	20	30	ſehr langſam erhitzen
	ſtupfen, ſchälen	75	10	15	
	halbieren oder vierteln	80	20	30	
	Kompott	80	20	30	
Quitten	ſchälen, in 4 bis 8 Teile ſchneiden, Kernhaus entfernen	90	30	45	Quitten zweckmäßig in Zuckerwaſſer vorkochen, ganz wenig Weineſſig zugeben
Reineclauden	ganz laſſen, ſtupfen	75	20	30	ſehr langſam erhitzen
Rhabarber	roh in Stücke ſchneiden und feſt einſchichten	75	15	20	ſehr langſam erhitzen
	Kompott	75	15	20	
Stachelbeeren	Blüte u. Stiel entfernen, ſtupfen, Vanilleſchote dem Sud zugeben	75	20	25	ſehr dicht einſchichten, langſam erhitzen, langſam abkühlen

Anmerkung: Die Sterilisierdauer von allen Säften und Marmeladen beträgt 10 Minuten bei 80 Grad.

Die Sterilisierzeit beginnt erſt, wenn die vorgeſchriebenen Temperaturen erreicht ſind.

Das Steigen der Früchte wird dadurch hervorgerufen, daß die Früchte durch Saftverluſt leichter werden. Das Steigen der Früchte ſoll möglichſt vermieden werden, denn die überſtehenden Früchte trocknen aus, verfärben ſich und machen das Gut unanſehnlich. Zu den leicht ſteigenden Früchten zählen in erſter Linie alle Beerenobſtſorten, Aprikoſen und Rhabarber. Durch Anwendung aller beim Einlegen vorgeſchriebenen Regeln kann das Steigen der Früchte vermieden werden. Gut iſt es, die Beeren mit heißer Zuckerlöſung zu übergießen und ſie je nach Beerenart 2 bis 6 Stunden zugedeckt in einem kühlen Raum ſtehen zu laſſen. Dadurch ſaugen ſie ſich mit Flüſſigkeit an, werden ſchwer und ſteigen nicht. Langſames Erhitzen beim Steriliſieren iſt aus demſelben Grunde weſentlich.

Das Verſchließen und Einſtellen der Behälter zum Steriliſieren. Bei den Patentgläſern iſt der Rand mit feuchtem Tuch abzuwiſchen, damit ja keine Zucker- oder Salzlöſung daran haftet. Deckel und Gummi werden aus dem heißen Waſſer genommen und aufgeſetzt. Dann werden die Gläſer auf den Patenteinſatz verteilt und mit einer Klammer verſehen, die aber nicht zu feſt ſitzen darf, damit die Luft beim Steriliſierprozeß noch aus dem Glas entweichen kann. Bei den Gläſern mit Erſatzverſchlüſſen, z. B. Sterilophanverſchluß, wird das Verſchlußmaterial befeuchtet, leicht getrocknet, über die Behälter geſpannt, vorerſt nur leicht überbunden, dabei mit zwei Fingern nach dem Inhalt zu leicht eingedrückt, hierauf feſt zugebunden. Der Verſchluß bekommt durch das Eindrücken die nötige Weite, um ſich beim Steriliſieren wölben und dann wieder, infolge des entſtandenen luftverdünnten Raumes, einziehen zu können.

Die Gläſer und Flaſchen können in gewöhnlichen Töpfen oder im Waſchkeſſel ſteriliſiert werden. Man packt ſie dabei in Holzwolle oder in Heu, damit ſie nicht umfallen und einander berühren können; daher die Bezeichnung: Kochen im Heubad.

Die Töpfe bzw. der Keſſel muß einen Bodenbelag aus Holz oder Eiſenblech (Drahtroſte) haben, damit die Gläſer nicht ſpringen. Wenn alles vorſchriftsmäßig eingepackt iſt, wird Waſſer in der Temperatur des Glasinhaltes warm oder kalt bis zwei Fingerbreit unter dem Glasrand aufgegoſſen und der Topf oder Keſſel zugedeckt. Günſtig wäre ein Blechdeckel mit einer Öffnung zum Einführen des Thermometers. Ohne Thermometer gelingt ein ſchönes gleichmäßiges Produkt nur ſchwer.

Das Aufſetzen zum Steriliſieren erfolgt, wenn alles vorſchriftsmäßig wie oben beſchrieben vorbereitet iſt. Ein langſames Erhitzen iſt beſonders bei Früchten, die empfindlich ſind, wichtig, weil ſonſt die Gefahr des Platzens, Überkochens, Steigens beſteht. Die vorſchriftsmäßige Temperatur und Steriliſierdauer iſt aus der Tabelle zu erſehen. Die Steriliſierzeit beginnt erſt, wenn die vorgeſchriebene Temperatur erreicht iſt, — der Topf kann dann an die Herdſeite gerückt und dort auf der notwendigen Temperatur erhalten werden.

Sonderrezept Erdbeeren. 2 Kilo Früchte, ¼ Liter Waſſer, 500 Gramm Zucker.

Große gleichmäßige Früchte wählen, waſchen (durch kurzes Tauchen in Waſſer), Blatt und Stiel ſo abkneifen, daß der Fruchtboden nicht verletzt wird. Waſſer und Zucker erhitzen, Erdbeeren zugeben (um den Erdbeeren ſchönere Farbe zu verleihen, kann man ¼ Teelöffel roten Zuckers beimengen). Wenn die Erdbeeren genügend Saft gezogen haben, legt man ſie vorſichtig in Gläſer, gießt den Saft darüber und erhitzt ſie bei 80 Grad 10 Minuten.

Weiterbehandlung des ſteriliſierten Gutes. Gläſer ſollen nicht im Steriliſiertopf im Waſſerbad abkühlen, da langſames Abkühlen in bezug auf Haltbarkeit keineswegs günſtig iſt. Man hebt den Einſatz mit den Gläſern vorſichtig heraus und ſtellt ihn, die Gläſer mit Tüchern bedeckt, an einen zugfreien Platz, nicht aber auf den Steinboden. Die Gläſer bleiben unter Klammer, bis der Inhalt vollſtändig erkaltet iſt. Beim Abnehmen der Bügel prüft man, ob der Verſchluß gut ſitzt.

Das Steriliſieren von Gemüſen.

Es iſt nur bei Vorhandenſein von Patentgläſern oder Doſen zu raten. Gemüſe ſind ſchwerer haltbar als Früchte. Infolge der Düngung, leichteren Verunreinigung, haften an den Gemüſen oft Mikroorganismen, die die Kochhitze überſtehen und Dauerformen, d. h. Sporen bilden, die ſich nach einiger Zeit wieder zu Mikroorganismen entwickeln und die zerſetzende Tätigkeit an den Vorräten beginnen. Gemüſe werden deshalb im allgemeinen zweimal ſteriliſiert. (Siehe Tabelle.) Selbſthergeſtellte Gemüſekonſerven ſind in Farbe nicht ſo ſchön als die gekauften. Das ſchöne Ausſehen wird durch Bleichen und Färben erzeugt.

Geeignete Gemüſe ſind: Bohnen, Spargel, Karotten, Gurken, junge Rote Rüben (rote Beete), Tomaten, Blumenkohl, Erbſen.

Weniger ratſam iſt das Steriliſieren von Gemüſen, die es das ganze Jahr über friſch gibt, oder die ſich im friſchen Zuſtand eingeſchlagen gut halten; deshalb iſt von der Beſchreibung der Konſervierung dieſer Arten abgeſehen!

Vorbehandlung der Gemüſe zum Steriliſieren. Die Gemüſe werden, um eine beſſere Ausnützung der Gläſer und Doſen zu erreichen und um die Haltbarkeit zu erhöhen, vorgedämpft. Dabei wird ſchon ein Teil der anhaftenden Keime getötet, auch werden ſcharfe Geſchmacksſtoffe, die manchen Gemüſen eigen ſind, entfernt. Das Vorkochen der Gemüſe in Waſſer iſt nicht ſo ratſam, da dadurch zu viel wichtige Mineralſtoffe verloren gehen. Bei Gemüſen, die man beſonders grün erhalten will, bevorzugt man das Vorkochen in ſprudelndem Salzwaſſer mit Natronzugabe. Es iſt empfehlenswert, immer nur wenig Gemüſe auf einmal abzukochen, damit das Waſſer nicht aus dem Sieden kommt.

Zum Dämpfen der Gemüſe verwendet man die käuflichen Gemüſedämpfer bekannter Firmen, die in die Steriliſiertöpfe paſſen. An Stelle des Gemüſedämpfers kann man einen Gemüſeſeiher in ein Waſſerbad hängen. Die Vordämpfzeit aller Gemüſe beträgt 5 bis 8 Minuten. Alle auf dieſe Weiſe vorbereiteten Gemüſe müſſen kalt überbrauſt und ſofort weiterbehandelt werden.

Beim Einfüllen der Gemüſe iſt zu beachten: Die Gläſer müſſen beſonders feſt, mit Ausnahme der Erbſen, die quellen, bis 2 Fingerbreit unter dem Rand eingefüllt werden. Man ſtößt die Gläſer zu dieſem Zwecke wiederholt auf ein feuchtes, öfter zuſammengelegtes Tuch. Unempfindliche Gemüſe kann man zur beſſeren Ausnützung der Gläſer mit Holzſtößel eindrücken.

Eine Salzlöſung iſt immer nötig zum Übergießen der eingeſchichteten Gemüſe. Auf 1 Liter Waſſer rechnet man 10 Gramm Salz. Man läßt die Salzlöſung

Steriliſiertabelle für Gemüſe.

Gemüſearten	Vorbehandlung	Steriliſier-Grad	Steriliſier-Dauer Minuten		Merke
			Enge Gläſer	Weite Gläſer	
Blumenkohl	in Röschen teilen, in viel Waſſer, dem man etwas Zitrone zugibt, vorkochen	98	90	120	Blumenkohl iſt ſchwer haltbar, muß daher ſorgfältig behandelt und bei 90 Grad 45 Minuten nachſteriliſiert werden
Bohnen	je nach Art ſchnippeln oder brechen	98	60	90	
Erbſen	nach dem Vordämpfen locker in Gläſer füllen, pro Glas 1 Meſſerſpitze Salizyl	98	90	120	nur friſche, nicht gedüngte Ware verwenden. Vorbehandlung, Steriliſieren u. Nachbehandlung muß mit größter Sorgfalt geſchehen. Nach 2 Tagen noch einmal bei 90 Grad 45 Minuten ſteriliſieren.
Gurkenſalat	Gurken ſchälen, in Scheiben ſchneiden, mit Zwiebeln in Glas einſchichten, mit ſchwacher Eſſigſalzwaſſerlöſung übergießen	80	10	15	ſehr ſorgfältig erhitzen, bei Gebrauch fertig anmachen. Es eignen ſich dazu beſonders ſchlanke kernloſe Schlangengurken
Karotten	putzen, ganz laſſen oder halbieren	98	60	90	nach Belieben lagenweiſe mit Erbſen zuſammen in Glas geben
Pilze	Pilze vorbereiten wie zu Gemüſe	85	30	45	es empfiehlt ſich, Pilze ein zweitesmal bei 80 Grad 30 Minuten zu erhitzen
Rote Rüben	kochen, ſchneiden, mit Kümmel und Meerrettich in Glas ſchichten, mit Eſſigſalzwaſſerlöſung übergießen	98	90	120	

Gemüſearten	Vorbehandlung	Steriliſier-Grad	Steriliſier-Dauer Enge Gläſer Minuten	Steriliſier-Dauer Weite Gläſer Minuten	Merke
Sellerie	ſchälen, in Scheiben ſchneiden, dicht einſchichten	98	90	120	nach 2 Tagen bei 90 Grad 45 Minuten nachſteriliſieren
Spargel	im Spargeldämpfer vorſichtig vorkochen, ſehr dicht mit Köpfchen nach unten in Gläſer einſchichten	98	90	110	langſam erhitzen
Tomaten, ganz	glatte Tomaten leicht ſtupfen	80	15	20	glatte, feſte, kleine Tomaten auswählen, ſorgfältig und langſam erhitzen
Tomatenſalat	ſchneiden, mit Zwiebeln einſchichten, Eſſigſalzwaſſer darüber geben	80	10	15	ſorgfältig und langſam erhitzen, bei Gebrauch fertig anmachen
Tomatenmark	Mark durch Paſſieren der rohen Tomaten gewinnen	80	15	30	will man dickes Mark, Saft ablaufen laſſen und dieſen geſondert ſteriliſieren

Anmerkung: Die Steriliſierzeit beginnt erſt, wenn die vorgeſchriebene Temperatur erreicht iſt.

aufkochen und gibt ſie vollkommen erkaltet über die Gemüſe. Da die Gläſer mit Gemüſe ſehr feſt gepackt ſind, muß man ſie während des Aufgießens ſchräg halten und mit einem dünnen Kochlöffel Öffnungen zum Eingießen frei machen. Nach dem Übergießen ſind die Gläſer ſofort zu verſchließen und zu ſteriliſieren.

Sonderrezepte.

Jägergurken. Mittelgroße ſchlanke Gurken, Zwiebelſcheiben, Dill, Baſilikum, Eſtragon, Eſſig-Salzwaſſerlöſung, Zucker.

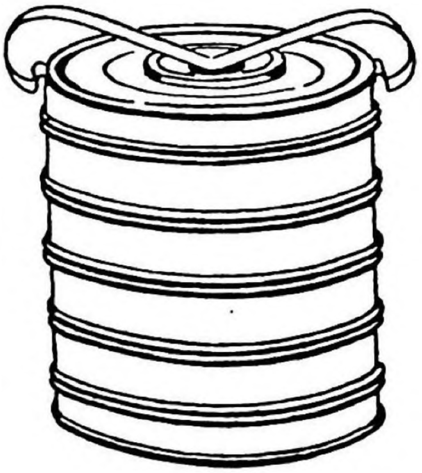
Gurken waſchen, nicht ſchälen, in zirka ½ Zentimeter große Scheiben ſchneiden, mit Zwiebelſcheiben und Gewürzkräutern lagenweiſe einſchichten, mit Salzeſſigwaſſer, dem man etwas Zucker zuſetzt, übergießen; bei 80 Grad 20 Minuten ſteriliſieren.

Zitronenkräutergurken. Etwa 10 Zentimeter lange ſchlanke Gurken, Zwiebelſcheiben nach Geſchmack, Eſtragon, Dill, Zitronenmeliſſe, Baſilikum, Bohnenkraut, Zitronenſaft, Salz, Zucker.

Angenehm ſchmeckende Löſung aus Waſſer, Zitronenſaft, Salz und Zucker herſtellen, kalt miſchen. Die Gurken abwechſelnd mit den zerkleinerten Kräutern feſt in Gläſer ſchichten, mit der Löſung übergießen, bei 80 Grad je nach Glasweite 20 bis 30 Minuten ſteriliſieren.

Kompotte (nicht ſteriliſiert)

Man kann gut haltbare Früchte, beſonders ſolche, die ſich durch hohen Säuregehalt auszeichnen, zu Kompott mit beſtimmter Zuckermenge kochen. Solche Kompotte ſind auch ohne nachheriges Steriliſieren haltbar. Es eignen ſich hierzu namentlich Preißelbeeren, Heidelbeeren und Zwetſchgen. Um die Haltbarkeit zu erhöhen, kann man chemiſche Mittel wie Salizyl (Salizylzwetſchgen) oder ſchwefelige Säure zugeben. Für große Haushaltungen empfiehlt ſich die Verwendung der Obererlenbacher Vorratsdoſen, die eine beſonders gute Haltbarkeit der Kompotte gewährleiſten. Bei Benützung dieſer Doſen ſind beſondere Regeln zu beachten. Die Doſen ſind mit warmem Waſſer, jedoch ohne Zuſatz von Soda oder Laugen, zu reinigen; vor dem Einfüllen ſind ſie in heißem Waſſer zu ſpülen. Gummiring und Deckel werden in heißes Waſſer gelegt, das kochend heiße Kompott wird durch weiten Trichter in die Doſen randvoll eingefüllt. Der Gummi wird auf den völlig ſauberen Rand der Öffnung gelegt, der Deckel darauf gegeben und dieſer für die erſten Stunden mit der Stahlklammer geſichert. Sollte beim Einfüllen ein Fehler unterlaufen ſein, ſo zeigt ſich dies daran, daß der Deckel nicht hält, bzw. wieder aufgeht. Ein Aufbeulen der Doſe kommt alſo nicht in Frage. Die 5-Kilogramm-Doſen haben keinen Bügel, dafür ſind im Blech des inneren Randes der Doſe 4 Haltepunkte. Man muß den Deckel nach der Füllung ſo eindrücken, daß man dieſe 4 Punkte im inneren Rande ſehen kann. Zum Öffnen faßt man unter den hohlen Teil des Deckelrandes, der ringsum eine Rille hat.



Das Trocknen (Dörren) von Obſt und Gemüſe.

Das Trocknen beſteht im Waſſerentzug der Nahrungsmittel. Man wendet fälſchlich die Bezeichnung Dörren an und ſpricht von Dörrobſt, Dörrgemüſe. Das Rohmaterial darf aber nicht bis zum „Dürrſein“ getrocknet werden, was früher leicht aus Sorge für die Haltbarkeit geſchah. Das Trocknen von Obſt und Gemüſe wurde früher viel mehr angewendet. Heute hat man andere Verfahren der Konſervierung, die den Nahrungsmitteln viel mehr Ausſehen und Aroma belaſſen. Die Nahrungsmittelinduſtrie liefert heute vorzügliche Trockenerzeugniſſe aus Obſt und Gemüſen. Sie arbeitet mit Heißluft und ſofortigem Kühlen durch Ventilatoren. Für den Haushalt iſt als geeignetes Obſt zum Trocknen zu raten: Fallobſt, kleine Birnen- und Kirſchſorten, Heidelbeeren; als geeignetes Gemüſe: Wurzelgemüſe aller Art, Pilze, Bohnen, Küchenkräuter.

Als Wärmequelle zum Trocknen kann die Sonne oder der Herd, der Heibacko, die Grude oder der Backofen ausgenützt werden. Damit der Waſſerdampf entweichen kann, läßt man die Türe der Röhre etwas offen ſtehen. Man trocknet auf verzinnten Drahthorden, damit die Wärme überall an das Nahrungsmittel heran kann. Es gibt auch Haushaltungstrockenapparate, bei welchen dieſe Horden übereinander angeordnet ſind (Geiſenheimer Syſtem). Sie werden entweder direkt auf den Herd geſtellt oder es kommen Syſteme zur Verwendung, die freiſtehend oder eingemauert ſind und eigene Feuerung haben.

Zum Trocknen wird das Obſt in dünner Schicht auf die Horden gelegt, Zwetſchgen mit der Öffnung nach oben. Die Gemüſe ſollen zerkleinert und vorgedämpft werden; nach dem Vordämpfen werden ſie gut zwiſchen Tüchern getrocknet, in dünner Schicht auf die Horden verteilt und bei einer Temperatur von 60 bis 70 Grad Celſius getrocknet.

Eſſigfrüchte und -Gemüſe

Man verſteht darunter durch Eſſig und Salz, bzw. Zucker haltbar gemachtes Gemüſe und Obſt, Senf- und Eſſiggurken, Mixed Pickles, ferner in Eſſig und Zucker mit Gewürzen haltbar gemachte Früchte und Gemüſe wie Kürbiſſe, Melonen, Tomaten, Gurken, Zwetſchgen, Quitten, Birnen.

Dieſes Verfahren iſt gut und zuverläſſig. Man kann dazu gewöhnliche Gläſer und einfache Verſchlüſſe, wie Pergament oder Cellophan, benützen. Beſonders für wenig ſchmackhaftes Rohmaterial, wie Kürbiſſe und Gurken, iſt dieſe Haltbarmachungsart vorteilhaft. Die Produkte erhalten erhöhten Wohlgeſchmack, ſind dadurch appetitanregend und eignen ſich gut als Beilage zu Ochſenfleiſch, zu Kartoffelſpeiſen und als Garnitur. Durch nachträgliches Steriliſieren kann die in den Rezepten vorgeſchriebene Eſſig- und Zuckermenge vermindert werden, was beſonders für Kranke und Kinder vorteilhaft erſcheint. Eſſigfrüchte und -Gemüſe verwendet man erſt nach 3 bis 4 Monaten Lagerzeit, da ſich das Aroma dadurch erhöht.

Eſſigſud (Grundrezept).

Zur Eſſigſalzlöſung auf 2½ Kilo Gemüſe ¾ Liter Weineſſig, 10 Gramm Salz, 10 Gramm Zucker.

Zur Eſſigzuckerlöſung auf 2½ Kilo Früchte oder Gemüſe 1½ Liter Weineſſig, 750 Gramm Zucker, 6 ganze Nelken, 1 Stück Ingwer, 1 Stück Stangenzimt.

Sonderrezepte.

Salizylzwetſchgen. 2½ Kilo Zwetſchgen, 1¼ Kilo Zucker, 1 Eßlöffel Salizyl.

Zwetſchgen waſchen, entſteinen, mit Zucker vorſichtig weichkochen, nach der Kochzeit Salizyl zugeben, ſofort in gut vorbereitete Steintöpfe füllen, mit Arrakpapier belegen, heiß zubinden.

Preißelbeeren. 2½Kilo Preißelbeeren, 1 Kilo Zucker, Zimt nach Belieben ¼ Liter Rotwein.

Früchte waſchen, ausleſen, mit Zucker vom Kochpunkt an ungefähr ½ Stunde kochen, in geſchwefelten Steintopf einfüllen, Saft einkochen laſſen, Rotwein zugeben, über Früchte geben, zubinden.

Preißelbeeren mit Äpfel und Birnen. 2½ Kilo Preißelbeeren, 375 Gramm Äpfel, 375 Gramm Birnen, 1½ Kilo Zucker.

Preißelbeeren waſchen, ausleſen; Äpfel und Birnen ſchälen, in Achtel ſchneiden, Preißelbeeren mit Zucker kochen, bis ſie dunkelrote Farbe zeigen, Beeren mit Schaumlöffel in geſchwefelten Topf füllen, Äpfel und Birnen im Preißelbeerſaft weich kochen, mit den Preißelbeeren miſchen, den Saft bis zur Geleeprobe einkochen laſſen, über Früchte gießen, Topf zubinden.

Eſſigzuckerzwetſchgen mit Rotwein. 4 Kilo Zwetſchgen, ¾ Liter Weineſſig, ¾ Liter Rotwein, 1½ Kilo Zucker, 5 Gramm Nelken, 10 Gramm Stangenzimt.

Es eignen ſich hierzu beſonders feſte, große, reife Zwetſchgen. Mit Tuch abtrocknen, ſtupfen; Eſſig, Zucker und Gewürze kochen, abſchäumen, Zwetſchgen in dem Sud einmal aufkochen laſſen (kleine Portionen in den Sud geben), in den vorbereiteten Steinguttopf legen, zum Sud Rotwein geben, noch etwa 25 Minuten weiter kochen laſſen und dann auf die Zwetſchgen geben. Nach dem Erkalten zubinden. (Sehr gut geeignet zur Herſtellung der Wiener Zwetſchgenknödel im Winter.)

Vanillekirſchen. 2½ Kilo Kirſchen, ¼ Liter Weineſſig, ¼ Liter Waſſer, ⅛ Liter Rotwein, 1 Kilo Zucker, 1 Stange Vanille.

Kirſchen waſchen, trocknen, entſteinen; Weineſſig und Waſſer kochen, erkaltet über Kirſchen geben, über Nacht ſtehen laſſen. Am nächſten Tag Saft mit Zucker und klein geſchnittener Vanilleſtange kochen, Kirſchen portionsweiſe vorſichtig im Sud weich kochen, in Glas ſchichten. Sud weiter einkochen, Rotwein zugeben, erkaltet über Kirſchen geben.

Schüttelweichſel. 1 Kilo Sauerkirſchen, ½ Liter Weineſſig, 1 Kilo Zucker.

Sauerkirſchen vorbereiten, entſteinen, lauwarmen Weineſſig darüber geben, 24 Stunden ſtehen laſſen, auf Haarſieb Beeren gut abtropfen laſſen; Sauerkirſchen mit der gut verteilten Zuckermenge in Gläſer einſchichten, mit Pergamentpapier gut verſchließen. Damit Zucker und Sauerkirſchen ſich innig miſchen, müſſen die

Früchte täglich gut geſchüttelt werden. Schüttelkirſchen ſchmecken naturrein und ſind gut geeignet zu Kuchen oder als Einlage zu Cremes.

Mixed Pickles. 15 kleine Karotten, 30 kleine Bohnen, 100 Gramm Sellerie, 1 kleiner Kopf Blumenkohl, 10 Gramm Salz, 1 Liter Waſſer, 20 Perlzwiebeln, 20 Schalotten, 20 Champignons oder kleine Steinpilze, 1 Liter Weineſſig, 30 kleine Pfeffergurken, 20 Gramm Salz, 1 Priſe Zucker, 1 ſpaniſche Pfefferſchote, 2 Gewürzdoſen, 1 Priſe Cayennepfeffer.

Alle Gemüſe ſorgfältig vorbereiten, Karotten mit Buntmeſſer ſchälen, Bohnen in 3 Zentimeter lange Stücke brechen, aus Sellerie Kugeln ausſtechen. Bohnen, Sellerie, Blumenkohl im ganzen in Salzwaſſer weich kochen, dann in kleine Röschen zerpflücken. Perlzwiebeln, Schalotten, Champignons putzen und in Eſſig aufkochen, Gurken 12 Stunden einſalzen, trocknen. Alle vorbereiteten Zutaten bunt in Gläſer ſchichten; Eſſig und Gewürz aufkochen und darüber geben. Nach zirka 5 Tagen Eſſig nochmals aufkochen und erkaltet über alle Zutaten geben.

Senfgurken. 3½ Kilo Gurken nach dem Salzen gewogen, ¼ Kilo Salz, 1 Liter Weineſſig, 10 Gramm Salz, 10 Gramm Zucker, 60 Gramm Schalotten, 30 Gramm Perlzwiebeln, 3 Eßlöffel Meerrettichwürfel, 4 Blüten Dill, 1 ſpaniſche Pfefferſchote, 3 Beutel mit Gewürzen, 4 Eßlöffel Senfkörner.

Reife Gurken ſchälen, mit Silberlöffel entkernen, in fingerlange Stücke ſchneiden, einſalzen, in Steintopf ſchichten, 1 Tag ſtehen laſſen; Weineſſig, Salz, Zucker und Gewürze aufkochen. — Gurkenſtücke mit allen Zutaten in Gläſer ſchichten, erkalteten Sud darüber geben, nach 8 Tagen wieder abgießen, aufkochen und erkaltet über Gurken geben, mit Glasdeckel beſchweren, zubinden.

Eſſiggurken. 50 fingerlange, tadelloſe Gurken, 50 Gramm Salz, Weinblätter, 60 Gramm Perlzwiebeln, 10 Gramm Pfefferkörner, 10 Stück Nelken, 4 Lorbeerblätter, 2 Ingwerſtücke, 2 Eßlöffel Meerrettichwürfel, 1 Bündel Dill, 2 Stiele Eſtragon, 125 Gramm Senfkörner (Mull), ½ Liter Waſſer, 20 Gramm Salz, ½ Liter Eſſig.

Gurken ſauber bürſten, über Nacht einſalzen, gut abtrocknen. Sauberen Steintopf ſchwefeln, Gurken abwechſelnd mit den Zutaten einſchichten. Waſſer, Salz, Eſſig aufkochen und dieſen Sud erkaltet darüber gießen. Senfkörner in Mullbeutel binden und obenauf legen, zubinden. Nach 8 Tagen Sud abgießen, nochmal aufkochen und erkaltet über die Gurken geben. Zugebunden an dunklem Ort aufbewahren.

Walnüſſe in Eſſig und Zucker. 50 Nüſſe, 875 Gramm Zucker, ⅛ Liter Waſſer, ¼ Liter Weineſſig, einige Zimtſtücke, 10 Nelken.

Friſches Waſſer zum Kochen aufſetzen, Nüſſe hineingeben, 3 Minuten tüchtig aufkochen und auf einem Sieb abtropfen laſſen. Nüſſe mit kleinen Zimtſtücken und Nelken beſtecken, in einen Topf ſchichten, Zuckerlöſung mit Weineſſig bis zum Faden kochen, warm über Nüſſe gießen. Nach 2 Tagen Löſung abgießen, nochmals aufkochen und erkaltet über die Nüſſe geben. Nach weiteren 2 Tagen Nüſſe mit Löſung kochen, bis ſie weich ſind. In Gläſer füllen und zubinden. Verwendung am beſten erſt nach ½ bis 1 Jahr zum Garnieren oder als Beigabe zum Fleiſch.

Tabelle über Herſtellung der Eſſigfrüchte und -Gemüſe.

Bezeichnung	Vorbereitung	Zubereitung	Bemerkungen
Birnen	ſchälen, große halbieren, kleine ganz laſſen	in kochenden Sud geben, weich kochen, Birnen in geſchwefelte Steintöpfe füllen. Sud noch dikker einkochen, über die Früchte gießen	
Gurken:			
Eſſiggurken	Sonderrezept		
Senfgurken	Sonderrezept		
ſüße Gurken	wie Kürbiſſe	wie Kürbiſſe	
Kirſchen	entſtielen	in kochenden Sud geben, kochen, bis ſie leicht zu platzen anfangen, wie Birnen weiterbehandeln	
Kürbiſſe	ſchälen, entkernen, in gleichmäßig große Streifen ſchneiden oder mit Kartoffelbohrer Kugeln ausſtechen	in kochenden Sud ſo lange geben, bis glaſig — wie Birnen weiter behandeln	man kann die Kürbiſſe auch vor dem Kochen im Eſſigſud in gewöhnlichem Waſſer einmal aufkochen
Melonen	wie Kürbiſſe	wie Kürbiſſe	
Mixed Pickles	Sonderrezept		
Quitten	ſchälen, vierteln bzw. achteln, Kernhaus entfernen	wie Birnen	Quitten brauchen ziemlich lang, bis ſie weich werden; es empfiehlt ſich daher, die Sudmenge um ¼ Liter zu erhöhen
Schlehen	wie Zwetſchgen	wie Zwetſchgen	
Sauerkirſchen	wie Kirſchen	wie Kirſchen	
Tomaten	kleine Früchte ganz laſſen, ſtupfen große vierteln	vorſichtig in Eſſigzuckerſud kochen - Weiterbehandlung wie Birnen	grüne Tomaten können Verwendung finden
Zwetſchgen	die ganzen Früchte ſtupfen — Stiele können daran bleiben	Sud herſtellen, erkaltet über Zwetſchgen geben, am nächſten Tag Sud zum Kochen bringen, Zwetſchgen portionsweiſe darin kochen, bis ſie kleine Riſſe haben	

Anmerkung: Alle Eſſigfrüchte und -Gemüſe nur in kleinen Mengen portionsweiſe im Sud kochen, da ſie ſonſt leicht vermuſen.

Alkoholfrüchte (genannt Rumtopf oder Tutti-Frutti)

Unter Alkoholfrüchten verſteht man in Alkohol und Zucker haltbar gemachtes Obſt. Früchte, die ſich zu dieſer Haltbarmachungsart beſonders eignen, ſind:

Erdbeeren, Johannisbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Mirabellen, Kirſchen, Pfirſiche, Aprikoſen, geſchälte Zwetſchgen, feine Birnen.

Man kann die Früchte, wie ſie die Jahreszeit bringt, nacheinander einlegen. Dieſe Miſchfrüchte eignen ſich zu den verſchiedenſten Speiſen. Meiſtens gibt man über eine Lage ſolcher Früchte eine Creme. Man bezeichnet dann das ganze Gericht als Tutti-Frutti. Der nach Verbrauch der Früchte übrig bleibende Saft findet Verwendung als Geſchmackszutat für Puddings, Soßen, ſüßen Suppen uſw.

Sonderrezept.

Rumtopf. 2½ Kilo Früchte, 2 Liter Rum, Kognak oder 60prozentiger Alkohol, 2½ Kilo Zucker.

Früchte, wie ſie die Jahreszeit bringt, waſchen, abtrocknen, in Glas oder Steintopf lagenweiſe mit Zucker roh einſchichten, Alkohol nach und nach darüber gießen (muß die Früchte bedecken), vorſichtig miſchen, mit kleinem Teller bedecken, damit die Früchte nicht überſtehen, mit Pergament feſt zubinden, kühl aufbewahren, öfter ſchütteln. Härtere Früchte wie Birnen, eventuell Pfirſiche, kocht man in Zuckerlöſung bis zum Faden leicht vor. Nach etwa 2 Monaten ſind die Früchte verwendbar.

Gärgemüſe

Man verſteht darunter Gemüſe, die man unter Zuſatz von geringen, den Geſchmack nicht verderbenden Salzmengen, haltbar macht. Die Gemüſe erfahren, feſt eingeſchichtet, eine milchſaure, alkoholiſche und eſſigſaure Gärung. Je nach Gemüſeart und Geſchmack verwendet man verſchiedene Geſchmackszutaten.

Zum Einſäuern kommen an Gemüſen in Betracht: Bohnen (fälſchlich Salzbohnen genannt), Weißkraut, Gurken (Salzgurken).

Gurken eignen ſich nur für einen großen Haushalt, da ſie in einem Faß zubereitet werden müſſen. Ebenſo empfiehlt es ſich nicht, eingeſäuerte Bohnen herzuſtellen, da dieſelben ſehr leicht hart werden und wertvolle Beſtandteile verlieren. Es gibt für Bohnen beſſere Haltbarmachungsarten. Die Herſtellung von Sauerkraut iſt auch für den kleinen Haushalt günſtig; es iſt wichtig, dasſelbe zum Gären nicht zu kalt zu ſtellen. Wenn die Gärung jedoch beendet iſt, empfiehlt ſich eine Aufbewahrung im kühlen Raum.

Sauerkraut. 1 Zentner Kraut, 150 bis 500 Gr. Salz, nach Belieben Wacholderbeeren.

Faß frühzeitig vorbereiten (einweichen, mit Sodawaſſer reinigen, ſchwefeln, kalt nachſpülen), Boden mit Krautblättern belegen, fein gehobeltes Kraut 20 bis 25 Zentimeter hoch einſchichten, mit Salz beſtreuen, gleichmäßig einſtampfen, bis ſich Feuchtigkeit zeigt; ſo weiter verfahren, bis das Faß voll iſt, dann mit gebrühtem Tuch belegen, mit Brettern und Steinen beſchweren. Das Kraut muß in ganz kurzer Zeit Waſſer ziehen; ſollte dies nicht der Fall ſein, abgekochtes, erkaltetes

Waſſer darüber geben. In temperiertem Raum 3 bis 4 Wochen gären laſſen. Nach beendeter Gärung oberſte Krautſchicht entfernen, Tuch, Brett, Steine und die Wände des Faſſes innen gründlich ſäubern. Kraut wieder bedecken und beſchweren. Reinigung alle 8 Tage wiederholen.

Tomaten in Salzlöſung. 1 Liter Waſſer, 50 Gramm Salz, fehlerfreie feſte Tomaten.

Salzlöſung kochen, erkaltet über Tomaten geben, beſchweren, kühl aufbewahren.

Salzbohnen. 5 Kilo Bohnen, 800 Gramm Salz, 500 Gramm Zucker.

Bohnen waſchen, abziehen, ſchnitzeln, Bohnen, Salz und Zucker miſchen, in Steintöpfe oder in Fäſſer aus Eichen- oder Buchenholz einſtampfen, Tuch darauf geben, mit Brettern und Steinen beſchweren. Wie Sauerkraut weiter behandeln.

Fruchtmark

Fruchtmark wird aus rohem Beerenobſt oder aus in wenig Waſſer vorgekochten feſten Früchten durch Paſſieren gewonnen. Mark iſt ein unfertiges Produkt (Halbprodukt), das ohne Zucker oder mit etwas Zucker nach Geſchmack gemiſcht, in Gläſern und Doſen ſteriliſiert werden kann.

Die Markkonſerven laſſen ſich hervorragend zu Fruchtcremes und zu Fruchteis verarbeiten. Außerdem kann man im Laufe des Jahres mit Zucker daraus Marmeladen herſtellen. Fruchtmark wird beſonders von der Großinduſtrie zur Erntezeit ſteriliſiert und ſpäter weiter verarbeitet.

Alle Fruchtarten laſſen ſich zu Mark verarbeiten und ſteriliſieren.

Beiſpielrezept: Apfelmark.

Äpfel waſchen, Stiele entfernen — Kernhaus jedoch nicht, vierteln, mit Waſſer bedeckt weich kochen, durch Haarſieb ſtreichen, mit oder ohne Zucker bei 80 Grad Celſius 20 Minuten ſteriliſieren.

Paſten.

Unter Paſte verſteht man mit Zucker dick eingekochtes Fruchtmark, das, in Formen gefüllt, nach dem Erkalten geſtürzt und in beliebige Stücke geteilt werden kann.

Zu Paſten eignen ſich am beſten Quitten. Man kann aber auch Äpfel, Aprikoſen, Pfirſiche und Johannisbeeren verwenden.

Grundrezept. 1 Kilo Mark, 1 Kilo Zucker, 1/8 Liter Waſſer zum Auflöſen, 1/8 Liter Fruchtſaft, für ſüße Früchte Zitronenſaft als Geſchmackszutat.

Mark gewinnen. In kleinen Mengen (nicht mehr als 1 Kilo Mark) mit Zucker miſchen und ſo lange kochen, bis ſich breite Straßen ziehen laſſen.

Will man die Paſte durchſichtiger und von glänzendem Ausſehen haben, Mark mit Fruchtſaft ohne Zucker ſo lange kochen, bis ſich Straßen ziehen laſſen. Zucker mit Waſſer auflöſen, zum Kettenflug kochen. (Dazu den Ring des Schneebeſens in Zuckerlöſung eintauchen; beim Durchblaſen muß ſich das feſtgeſetzte dünne Häutchen löſen und, kettenförmig zu Blaſen verbunden, davon fliegen.) Dick gekochtes Mark mit Zuckerlöſung miſchen und ſo lange kochen bis ſich wieder Straßen ziehen laſſen, etwa ¾ bis 1 Stunde lang.

Die fertig gekochte Paſte noch heiß in mit Mandelöl dünn ausgeſtrichene Kaſtenformen 3 bis 4 Zentimeter hoch füllen, nach dem Feſtwerden ſtürzen. An der Paſte noch haftendes Mandelöl mit Seidenpapier vollkommen abtupfen, Paſte noch zirka 1 Tag trocknen laſſen, dann in Pergamentpapier einſchlagen, in gut ſchließenden Blechkäſten verpackt aufbewahren.

Vor Verwendung gleichmäßige Stücke abſchneiden oder verſchiedene Formen ausſtechen, in Hagelzucker wälzen oder mit Schokoladeguß beziehen. An Stelle der Verwendung von Formen kann man das Mark auf Pergamentpapier dick aufſtreichen und nach dem Trocknen beliebig ſchneiden. Mit einem Löffel kann man auch kleine Häufchen auf Pergamentpapier ſetzen, die kreisrund auseinander fließen ſollen. Nach dem Trocknen werden 2 Häufchen aufeinander geklebt, eventuell 1 dünne Marzipanſcheibe dazwiſchen gegeben.

Vorbehandlung des Zuckers zur Vorratszubereitung

Der Zucker war früher unrein und meiſt geblaut, deshalb wurde er bei der Konſervierung ſtets vorher geläutert, d. h. mit kaltem Waſſer zugeſetzt (auf ½ Kilo Zucker ¼ Liter Waſſer) und zum Kochen gebracht; der ſich bildende Schaum wurde mit einem Seihlöffel abgenommen. Heute iſt das Läutern zum Reinigen des Zuckers nicht mehr notwendig. In manchen Rezepten (Hagebuttenmarmelade, Paſte) wird das Kochen des Zuckers empfohlen, um den Produkten ſchöneres Ausſehen zu verleihen. Es handelt ſich bei dieſen Rezepten aber nicht nur um das Läutern des Zuckers, ſondern um ein noch längeres Vorkochen desſelben, das außer zu Marmeladen und Paſten auch zum Kandieren von Früchten verwendet wird.

Breitlauf nennt man dieſen 1. Grad. Kocht man den Zucker weiter und gibt davon 1 Tropfen auf den Daumen, ſo kann man beim Hochziehen des Tropfens mit dem Zeigefinger einen Faden zwiſchen beiden Fingern beobachten.

Fadenziehen bezeichnet man dieſen 2. Grad.

Bald nach dem Fadenziehen tritt der ſogenannte Kettenflug ein. Man prüft, indem man das Ende eines Schneeſchlägers, das mit kleinem Ring abſchließt, in die Zuckerlöſung taucht. Der Ring muß von einem feinen Zuckerhäutchen umſchloſſen ſein, das beim Durchblaſen in kettenförmig gebundenen Blaſen davonfliegt.

Kocht man den Zucker noch länger, ſo entſteht der ſogenannte Glas- oder Bruchzucker, der bei der Bonbonsfabrikation Verwendung findet.

Kocht man den Zucker zu lange, ſo entſteht eine körnige, harte Maſſe, die ſich nicht mehr löſen und daher nicht mehr verwenden läßt. Man ſpricht in dem Fall vom Abſterben des Zuckers.

Fruchtmus

Man verſteht darunter Fruchtbrei, der durch langes Kochen mit wenig oder ohne Zucker eingedickt iſt.

Zur Herſtellung von Fruchtmus eignen ſich beſonders Zwetſchgen und Äpfel, weniger Kirſchen, Birnen und Quitten.

Die Früchte, die ſehr reif ſein ſollen, werden vorbereitet und unter ſtändigem

Rühren 6 bis 10 Stunden gekocht. Das fertig gekochte Fruchtmus ſoll ſo dick ſein, daß es in Klumpen vom Löffel fällt. Die Zuckerzugabe erfolgt erſt, wenn das Fruchtmark einige Stunden gekocht hat. Die Früchte verlieren durch die Musbereitung ſehr an Farbe und an typiſchem Aroma. Außerdem treten durch die lange Kochzeit große Gewichtsverluſte ein. Die Musbereitung iſt deshalb heute nicht mehr unbedingt zu empfehlen.

Grundrezept. 5 Kilo Früchte, ½ bis 1 Kilo Zucker.

Nach dem Kochen in gut vorbereitete Steinkrüge einfüllen, offen in der Röhre abtrocknen laſſen, zubinden. (Apfelmus wird immer paſſiert.)

Soll bei Anfall großer Obſtmengen Mus bereitet werden, ſo iſt die Anſchaffung der Obererlenbacher Vorratsdoſe dringend zu empfehlen. Die Früchte werden zum Einfüllen in Doſen als Mus nur ſo lange gekocht, bis eine breiige Maſſe entſtanden iſt (zirka 1 Stunde), und nach Geſchmack mit Zucker geſüßt. Das Mus hält ſich, nach den Angaben in der Obererlenbacher Doſe bereitet, ganz vorzüglich. Man erſpart Brennmaterial und die lange Arbeitszeit für das Muskochen, ſo daß ſich das aufgewandte Kapital für die Anſchaffung der Doſen ſchnell bezahlt macht. Die Verwendung der Doſe iſt zur Herſtellung von Apfelmus beſonders geeignet.

Marmeladen

Man unterſcheidet roh gerührte und gekochte Marmeladen.

Die erſteren werden durch langes Rühren mit viel Zucker, die letzteren durch Kochen mit Zucker gedickt. Um die Kochzeit zu verringern, kann man den Früchten Geliermittel, wie Opekta und Frutapekt beigeben.

Es iſt notwendig, immer die angegebene Zuckermenge zu verwenden. Es wäre falſch, bei den gekochten Marmeladen an Zucker ſparen zu wollen. Um die Haltbarkeit der Früchte bei geringer Zuckerzugabe zu ſichern, müſſen die Früchte länger gekocht werden. Durch die längere Kochdauer verlieren ſie aber ſehr an Aroma, Farbe und Nährwert. Außerdem tritt dadurch ein erhöhter Gewichtsverluſt ein und der ſüße Geſchmack der Marmelade wird noch geſteigert. Alſo bekommen wir bei Zuckererſparnis Marmeladen von geringerer Qualität. Will man die Kochzeit der Marmeladen verkürzen, die Haltbarkeit derſelben aber ſicherſtellen, ſo empfiehlt es ſich, ſie zu ſteriliſieren. Man kann die Früchte zu Marmeladen im Ganzen, geteilt oder durchpaſſiert verwenden. Bei ſehr feinen Früchten, wie namentlich Erdbeeren und Aprikoſen, empfiehlt es ſich, ſie lediglich zu teilen und zu ſtückiger Marmelade, die die Früchte erkennen läßt, zu verkochen.

Verwendung von Geliermitteln. Zuſatz von Geliermitteln (natürlicher Fruchtgelierextrakt) empfiehlt ſich ganz beſonders zur Marmeladenbereitung. Die Vorteile liegen in der kürzeren Kochzeit, dem erhöhten Aroma, dem ſchönen, natürlichen Ausſehen, der erhöhten Streichfähigkeit und in der größeren Ergiebigkeit der Marmeladen. Es iſt weſentlich, die genauen Vorſchriften, beſonders die Kochzeit, gründlich zu beachten, wozu die Gebrauchsanweiſungen, die in allen Drogerien und den Verkaufsſtellen der Geliermittel erhältlich ſind, dienen müſſen.

Grundrezept für Marmeladen mit Opekta oder Frutapekt.

Mit Opekta. 1¾ Kilo Früchte (Nettogewicht), 1¾ Kilo Zucker, 1 Originalflaſche = ¼ Kilo Opekta.

Mit Frutapekt. 2 Kilo Früchte (Nettogewicht. 1½ Kilo Zucker, $^1/_1$ Packung Frutapekt.

Die Zubereitung der Marmeladen mit dieſen Geliermitteln iſt zu finden in den Kochbüchern der Opekta-, bzw. Frutapektageſellſchaft.

Die angegebenen Zuckermengen werden der Hausfrau hoch erſcheinen, ſie dürfen unter keinen Umſtänden gekürzt werden, da ſonſt bei der angegebenen Kochzeit eine Haltbarkeit nicht erzielt werden könnte.

Die fertig eingefüllten Gläſer ſind ſofort zuzubinden. Beſonders geeignete Früchte zur Marmeladenherſtellung mit Geliermitteln ſind alle Früchte, die infolge geringer Gelierfähigkeit lange Kochzeit haben. Außerdem wird die Haltbarkeit und das Aroma von beſonders empfindlichen Früchten, wie Erdbeeren, durch ſie erhöht.

Grundrezept für gekochte Marmeladen. ½ Kilo Fruchtmark oder ganze Früchte, 375 Gramm Zucker.

Vorbereitete Früchte oder das Fruchtmark mit Zucker miſchen, bis zur Marmeladenprobe kochen (1 Tropfen Marmelade muß, auf einen kalten Porzellanteller gegeben, ſofort erſtarren), ſofort in vorgewärmte trockene Gläſer randvoll füllen, heiß zubinden. Will man die Marmeladen beſonders glänzend und ſchönfarbig erhalten, ſo empfiehlt es ſich, den Zucker zum Kettenflug und mit dem erwärmten Mark noch etwa 5 bis 15 Minuten weiter zu kochen.

Sonderrezepte.

Hagenbuttenmarmelade. Zutaten: Grundrezept.

Hagebutten waſchen, teilen, Kerne entfernen, zugedeckt an kaltem Ort etwa 8 Tage ſtehen laſſen, täglich durchrühren um Schimmelbildung zu vermeiden. Mark entweder durch Paſſieren der rohen Früchte oder durch Paſſieren nach dem Kochen gewinnen. Das Aroma wird erhöht durch die erſte Zubereitungsart. Zucker zum Kettenflug kochen, Mark erwärmen, mit Zuckerlöſung miſchen, 5 bis 15 Minuten kochen läſſen, heiß einfüllen, ſofort zubinden.

Dreifrucht-Marmelade. 1½ Kilo Kirſchen, ¾ Kilo Himbeeren oder Erdbeeren, ¾ Kilo Johannisbeeren, $^1/_8$ Liter Waſſer, 1½ Kilo Zucker.

Früchte waſchen, Kirſchen entſteinen, bei Himbeeren und Erdbeeren Fruchtzapfen entfernen, Johannisbeeren abbeeren. Zucker mit Waſſer bis zum Faden kochen (1 Tropfen Zuckerlöſung auf den Daumen geben, mit Zeigefinger aufdrücken, beim Auseinanderziehen der Finger muß ſich ein Faden zwiſchen beiden bilden), Kirſchen zugeben, wenn halb weich, die übrigen Früchte dazu, bis zur Marmeladenprobe kochen, einfüllen, ſofort verſchließen.

Anmerkung: Dieſe Marmelade eignet ſich vor allem zum Füllen von Omelettes und Hefekleingebäck.

Roh gerührte Marmeladen.

Zur Herſtellung roh gerührter Marmeladen eignet ſich die Walderdbeere und die Johannisbeere.

Grundrezept: ½ Kilo Mark, ½ Kilo Zucker.

Mark roh gewinnen, Zucker zugeben, mit Holzlöffel in Porzellanſchüſſel gleichmäßig 2 Stunden lang rühren, in trockene, heiße Gläſer geben, ſofort zubinden, kühl aufbewahren.

Anmerkung: Das lange gleichmäßige Rühren iſt zur Haltbarkeit dringend notwendig. Dieſe iſt bedingt durch die waſſerentziehende Wirkung des Zuckers auf jedes kleinſte Fruchtteilchen.

Apfelſinen, Orangen, Orangenmarmelade. 18 ſüße Orangen, 3 Zitronen, Zucker.

Früchte ſauber waſchen, in ſehr feine Scheiben ſamt Schalen ſchneiden, Kerne entfernen. Auf ½ Kilo dieſer Maſſe 1 Liter Waſſer geben, 24 Stunden ſtehen laſſen, dann 1½ Stunden kochen, wieder 24 Stunden ſtehen laſſen. Auf ½ Kilo dieſer Maſſe ½ Kilo Zucker geben, wieder 1½ Stunden kochen, in vorbereitete Gläſer füllen. Dieſe Marmelade iſt ſehr ſchmackhaft und ergiebig.

Gelee (Sulze)

Man verſteht unter Gelee mit viel Zuckerzuſatz gekochten Fruchtſaft, der durchſcheinend und nach dem Erkalten ſulzartig wird.

Das Sulzen der Früchte iſt auf den Gehalt von Pektinſtoffen zurückzuführen. Da die unreifen Früchte Pektinſtoffe in erhöhtem Maße enthalten, empfiehlt es ſich, dieſelben bei der Geleebereitung den reifen vorzuziehen. Früchte, die wenig Pektinſtoffe enthalten, wie Steinobſt, ferner Himbeeren, Erdbeeren, ſollten mit pektinhaltigen Früchten, wie Quitten, Johannisbeeren gemiſcht oder mit Fruchtgeliermitteln zubereitet werden.

In erſter Linie eignen ſich zur Geleebereitung: Äpfel, Quitten, Stachelbeeren, Johannisbeeren, Preißelbeeren, Brombeeren.

Saftgewinnung.

Harte Früchte, (Äpfel, Quitten) reinigen, zerkleinern, Schale und Kernhaus mit verwenden, mit gleichem Gewicht Waſſer in flachem, weitem Topf aufſetzen, langſam und vorſichtig weich kochen (das Obſt darf aber nicht verkochen), damit der Saft klar bleibt. Über Nacht ſtehen, dann durch Tuch laufen laſſen.

Bei weichen Früchten (Beerenobſt) kann die Saftgewinnung auf verſchiedene Arten erfolgen. Immer kommt als Vorbereitung Ausleſen und Waſchen in Betracht.

Man kann die Beeren entweder durch die Tutti-Preſſe (Alexanderwerk) geben, doch erzielt man bei dieſem Verfahren mehr Mark als Saft und das gewonnene Produkt iſt eigentlich Marmelade, nicht aber Gelee.

Man kann auch die Beeren in niedrigen flachen Töpfen an der Herdſeite Saft ziehen laſſen und dieſen abſchöpfen, muß dabei aber achten, daß das Fruchtmark nicht austritt und der Saft klar bleibt.

Ein empfehlenswertes Verfahren iſt die Saftgewinnung durch Dampf. Der Vorteil des Verfahrens liegt darin, daß der Saft beſonders klar bleibt und ſchon filtriert iſt. Beim Dampfentſaften werden die Beeren ohne Zucker eingeſchichtet, da man die zum Gelee erforderliche Zuckermenge erſt im Verhältnis zum gewonnenen Saft berechnen kann.

Gelee-Grundrezept. ½ Kilo Saft, ½ Kilo Zucker. Geſchmackszutat für ſüße Früchte: Zitrone, für wenig geſchmackgebende Früchte (unreife Äpfel) Vanille.

Eine geringe Zuckermenge hat bei Gelee ähnliche Folgen wie bei Marmeladen, verlängert die Kochzeit, vermindert das Aroma, gibt geringere Geleemenge.

Alle Säfte, die unter Zuſatz von geringer Waſſermenge gewonnen wurden, vor der Zuckerzugabe um ⅓ des Volumens einkochen. Alle anderen Säfte vor der Zuckerzugabe lediglich erhitzen, Zucker zugeben, bis zur Geleeprobe kochen (1 Tropfen der Maſſe auf kalten Teller gegeben, muß kalt geſtellt nach wenigen Minuten ſteif ſein).

Die Geleeprobe iſt bei Beerenfrüchten ſchon nach zirka 5 bis 10 Minuten vorzunehmen, bei Kernobſt gelingt das Gelieren meiſt erſt nach 20 bis 30 Minuten. Durch Kochen des Fruchtſaftes mit Zucker über den Gelierpunkt verlieren die Pektinſtoffe ihre Eigenſchaft; das Ergebnis iſt eine honigartige Maſſe, die nicht mehr geliert. Der Gelierpunkt darf alſo unter keinen Umſtänden überſehen werden. Das Einfüllen hat in trockene, heiße Gläſer zu geſchehen. Die randvoll heiß eingefüllten Gläſer müſſen ſofort zugebunden werden. Die Rückſtände der Geleebereitung können Verwendung finden zu Obſtſuppen, roter Grütze uſw.

Sonderrezepte.

Johannisbeergelee (beſonders geeignet für große Mengen). ½ Kilo Früchte,
½ Kilo Zucker.

Früchte mit Zucker vorſichtig erhitzen (bei größerer Menge empfiehlt es ſich, etwas Waſſer zuzugeben, um ein Anbrennen zu verhüten), von dem oben ſich abſetzenden Saft Geleeprobe machen. Gelingt dieſelbe, ſo kann der Saft abgeſchöpft und raſch in Gläſer gegeben werden. Den Reſt zu Marmelade kochen und in Gläſer füllen.

Anmerkung: Das Gelee, auf dieſe Art vorbereitet, wird nicht ganz ſo klar ſein, als das auf die vorher beſchriebene Art gewonnene. Die Zubereitung iſt aber eine ungleich ſchnellere, und außerdem kann man gleichzeitig Marmelade herſtellen.

Johannisbeergelee III. Art. ½ Kilo Saft, ½ Kilo Zucker.

Zucker trocken erhitzen, unter feſtem Rühren ſagoartig zuſammenballen laſſen (der Zucker darf dabei nicht karameliſieren), Saft zugeben, einmal aufkochen laſſen, abſchäumen, an der Herdſeite etwa 25 Minuten ſtehen laſſen, ohne daß der Saft nochmals zum Kochen kommt, einfüllen, zubinden wie üblich.

Anmerkung: Gelee, auf dieſe Art zubereitet, iſt, da der Saft nur kurz kocht, ausgiebiger und aromatiſcher.

Roh gerührtes Gelee.

Um das natürliche Fruchtaroma zu erhalten, kann man mit der üblichen Zuckermenge ohne Kochen Gelee bereiten. Es eignet ſich dazu vor allem die Johannisbeere.

Zum Saft löffelweiſe Zucker geben, mit Holzlöffel in Porzellanſchüſſel etwa 2 Stunden rühren, in trockene Gläſer einfüllen, zubinden, ſehr kühl aufbewahren. Das auf dieſe Weiſe gewonnene Gelee iſt weniger klar, aber beſonders aromatiſch.

Fruchtſaft – Süßmoſt

Früher wurden die Fruchtſäfte mit viel Zucker bereitet, lange gekocht, um ein haltbares Produkt zu erzielen. Dieſe Säfte waren überſüß (Apothekerhimbeerſaft), verloren an Aroma, Farbe und Wert für die Ernährung. Wertvolle Fruchtſäfte müſſen naturrein gewonnen und die Haltbarmachung ſo eingeſtellt werden, daß ſie naturrein bleiben. Man nennt ſolche Fruchtſäfte Süßmoſt oder flüſſiges Obſt. Dieſe Fruchtſäfte enthalten keinen oder nur wenig Zuckerzuſatz. Die Bezeichnung Moſt könnte irre führen. Süßmoſt iſt das Typiſche an dieſer wertvollen Konſervierung. Während bei dem bekannten Gärmoſt (kurz Moſt genannt) der wertvolle Fruchtzucker, der in den Fruchtſäften durchſchnittlich zu 7 bis 13 Prozent enthalten iſt, durch die Hefepilze in Alkohol und Kohlenſäure überführt wird, alſo verloren geht, enthält Süßmoſt den ganzen Fruchtzucker, den vollen Naturgeſchmack der Frucht, auch, wenn er richtig bereitet iſt, die Vitamine und die Mineralſtoffe. Der Name „flüſſiges Obſt" iſt vollberechtigt. Der Fruchtzucker, der bei der Weinbereitung verloren geht, iſt, näher beſehen, nicht gering: in 100 Hektoliter Apfelſaft ſind z. B. 870 Kilogramm Fruchtzucker, in 100 Hektoliter Traubenſaft 1350 Kilogramm enthalten. Durch Traubenweinbereitung gehen in Deutſchland jährlich 500 000 Zentner wertvollen Fruchtzuckers verloren.

Die Haltarbeit des Süßmoſtes wird im Großbetrieb durch Kaltfiltrieren mit beſonderen Apparaten erreicht. Im Haushalt durch Kurzerhitzen auf Temperaturen bis zu 80 Grad Celſius ebenfalls mit beſonderen Apparaten oder „behelfsmäßig". Letztere Art kann von jeder Hausfrau nach folgender Beſchreibung durchgeführt werden. Das kurze Erhitzen genügt ſchon, um die Hefepilze, die eine alkoholiſche Gärung hervorrufen könnten, zu töten, alſo den Saft ſüß zu erhalten. Längeres Erhitzen und höhere Temperaturen werden wegen Erhaltung wertvoller Stoffe und wegen Beeinträchtigung des Naturgeſchmackes abſichtlich vermieden. In der Schweiz bekommt man Süßmoſt ſchon in jedem Gaſthaus. Die Hausfrauen bereiten ihn in Menge. Süßmoſt muß auch bei uns ein Volksgetränk werden. Die Landfrau, die Siedlersfrau muß ihn bereiten können und verbreiten helfen:

1. Weil in Deutſchland viel Obſt wächſt, das ſich nur zur Moſtbereitung eignet und nicht friſch aufbewahren läßt.

2. Weil Süßmoſte im Winter friſches Obſt erſetzen und die Einfuhr von ausländiſchem Obſt verringern helfen.

3. Weil Süßmoſt ein überaus geſundes, durſtſtillendes Getränk für Geſunde, Kinder und Kranke iſt. Die verſchiedenen Süßmoſte haben verſchiedene geſundheitliche Wirkung:

Apfelſaft wird empfohlen zur Blutauffriſchung, bei Fiebererkrankungen und gegen Darmträgheit; außerdem iſt er eine wertvolle Zuſatznahrung für Kopfarbeiter, Schüler.

Brombeerſaft ſoll nervenſtärkend wirken.

Heidelbeerſaft wird gegen Magen- und Darmſtörungen und bei Blutarmut empfohlen.

Holunder-(Flieder-)ſaft iſt, heiß getrunken, ein ausgezeichnetes Getränk bei Erkältungen.

Johannisbeerſaft wird bei Leber- und Nierenleiden,

Sauerkirſchſaft bei Blutarmut, Leberleiden angewandt.

Stachelbeerſaft iſt bei Stoffwechſelkrankheiten,

Traubenſaft bei Gicht, Rheuma, Nervoſität zu empfehlen.

In Fällen, in denen der Kranke kein friſches Obſt kauen und aufnehmen kann, iſt Süßmoſt ein idealer Friſchobſterſatz. ⅓ Liter Süßmoſt enthält die Wertſtoffe von ½ Kilo friſchem Obſt und iſt unverdünnt für einen empfindlichen Magen zu gehaltvoll. Wer Süßmoſt nicht verträgt, miſche ihn zur Hälfte mit Waſſer.

4. Weil vergorener Moſt, der in vielen Gegenden Deutſchlands Volksgetränk iſt, ſehr an Nährwert verloren hat und wegen des Alkoholgehaltes für Kinder direkt ſchädlich iſt.

5. Weil ihn die Hausfrau, beſonders die Land- und Siedlersfrau, mit einfachen Mitteln ſelbſt herſtellen kann.

6. Weil Süßmoſt zur Aufbewahrung wenig Raum im Vergleich zu Obſt einnimmt.

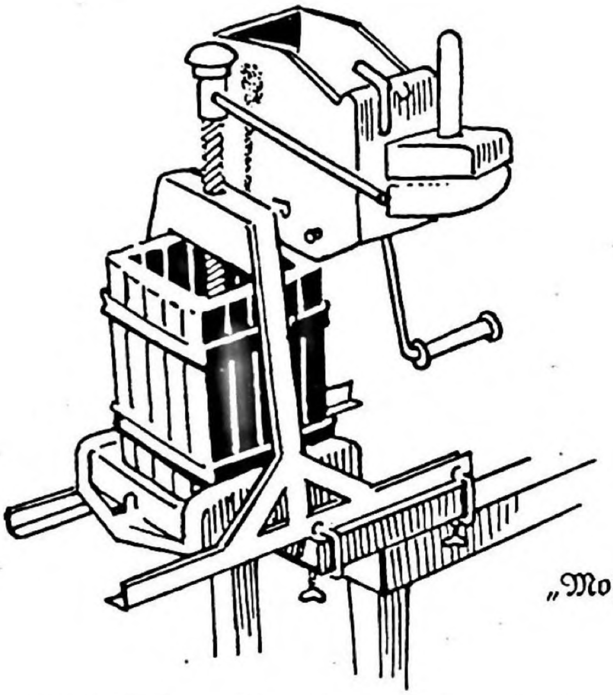
Geeignetes Obſt für die Süßmoſtbereitung iſt in erſter Linie der Apfel. Ganz vorzüglich eignen ſich auch Johannisbeeren, Heidelbeeren, Holunder, Brombeeren, Sauerkirſchen, aber auch ſauere Trauben und Rhabarber. Zum Verſchneiden, d. h. zum Strecken der feinen Süßmoſte (aus Johannisbeeren, Himbeeren, Sauerkirſchen, Heidelbeeren) eignet ſich der Apfelſüßmoſt. Johannisbeer- und Himbeerſüßmoſt ſind zum Miſchen geeignet. Quittenſaft, in kleinen Mengen dem Apfelſüßmoſt zugeſetzt, erhöht das Aroma. Die Birne allein iſt zur Saftbereitung nicht zweckmäßig, da ſie zu ſüß iſt und trüben Moſt ergibt. Sie eignet ſich aber, 10- bis 20prozentig zugeſetzt, zur Miſchung des Apfelſüßmoſtes.

Reifezuſtand der Früchte.

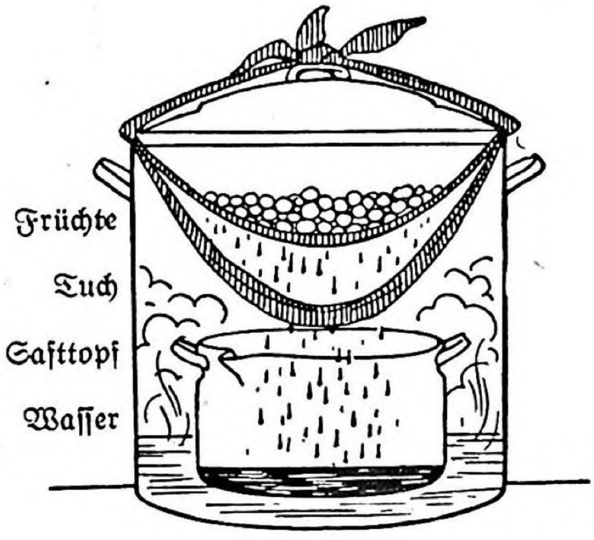
Die zur Saftbereitung verwendeten Beerenfrüchte müſſen vollſtändig ausgereift ſein und friſch gepreßt werden. Der Sommerapfel muß in unreifem, das Herbſtobſt in reifem Zuſtand und ungelagert zur Verwendung kommen, während ſich beim Winterobſt eine Lagerung von etwa 14 Tagen empfiehlt. Zur Obſtſaftbereitung wird Fallobſt verwendet, doch kann der Geſchmack des Saftes durch Zugabe einer kleinen Edelobſtmenge weſentlich gehoben werden.

Fruchtſaftgewinnung.

Aus harten Früchten, z. B. Birnen, Äpfeln, wird der Saft durch Zerkleinern und Preſſen gewonnen. Dies geſchieht in der Obſtkelter; für kleinere Obſtmengen iſt der Moſtmax zu empfehlen. Für Hausfrauen wird ſich die Anſchaffung dieſes Apparates nicht bezahlt machen. Man kann jedoch in vielen Fällen den Saft aus Lohnmoſtereien, von Obſtbauvereinen oder von Gütern, die natürlich ganz nahe liegen müſſen, erhalten. Zum Transportieren des Rohmoſtes ſind Holz- oder Glasgefäße zu verwenden. Der Saft iſt ſofort zu verarbeiten.



„Moſtmax"



Zur Saftgewinnung werden die Früchte peinlich ſauber gereinigt, ſchlechte Stellen ſorgfältig ausgeſchnitten, in der Obſtmühle zerkleinert und im Preßkorb gepreßt. Beim Preſſen iſt darauf zu achten, daß der Saft nicht mit Eiſenteilen in Berührung kommt. Es empfiehlt ſich, die Eiſenteile öfter mit Emaillelack neu zu ſtreichen. Die Preßrückſtände läßt man mit einer kleinen Waſſermenge (höchſtens ¼ des ſich ergebenden Saftes) auslaugen und preßt ſie nach einiger Zeit zum zweitenmal. Saft der 1. und 2. Preſſung ergibt den Saft, der dann weiter verwendet werden kann. Aus Beerenobſt kann der Saft auf verſchiedene Weiſe gewonnen werden: auf warmem Wege durch Dampfentſaften. Die bekannten Dampfentſafter Weck, Rex, Kieffer leiſten gute Dienſte. Sollten ſie aber im Haushalt nicht vorhanden ſein, ſo kann ein Entſafter, wie die Abbildung zeigt, aus vorhandenen Geräten ſelbſt hergeſtellt werden. Der Entſafter kann etwa 2½ bis 4 Kilo Früchte aufnehmen, die mit der angegebenen Zuckermenge eingeſchichtet werden.

Die Zuckermenge iſt je nach der Fruchtſorte verſchieden; man rechnet auf 500 Gramm

Rhabarber	50 Gramm Zucker
Stachelbeeren	50 Gramm Zucker
Erdbeeren	25 Gramm Zucker.
Johannisbeeren	50 Gramm Zucker
Himbeeren	25 Gramm Zucker
Sauerkirſchen	25 Gramm Zucker
Heidelbeeren	40 Gramm Zucker
Holunderbeeren	40 Gramm Zucker
Trauben	— Gramm Zucker,

da dieſelben meiſt hohen Fruchtzuckergehalt haben.

Der Saft kann ferner auf kaltem Wege durch Preſſung gewonnen werden. Die Früchte werden in Holzgefäßen zerquetſcht, in einen gebrühten Sack gegeben und in der Obſtpreſſe entſaftet. Die Rückſtände werden mit derſelben Menge Waſſers, die bei der erſten Preſſung gewonnen wurde, verſetzt. Man läßt ſie einige Stunden ſtehen und preßt ſie nochmal. Saft der erſten und zweiten Preſſung werden gemiſcht. Auf 1 Liter Miſchung verwendet man die ſich nach der Frucht richtende Zuckermenge.

Haltbarmachung des Fruchtſaftes.

Der durch das Dampfentſaften gewonnene Saft, der etwa eine Temperatur von 75 bis 80 Grad Celſius hat, wird ſofort heiß in die gut vorbereiteten Flaſchen eingefüllt und verkorkt. Der große Vorteil dieſes Verfahrens beſteht darin, daß der Saft nicht nur gewonnen, ſondern gleichzeitig konſerviert wird. Dieſe Zubereitungsart iſt deshalb beſonders für den kleineren Haushalt, in dem kleinere Saftmengen haltbar gemacht werden ſollen, zu empfehlen. Die Rückſtände laſſen ſich noch ſehr gut zu Fruchtſpeiſen, wie zu roter Grütze, zu Obſtſuppen verwenden.

Eine weitere einfache Haltbarmachungsart iſt das ſogenannte Flaſchenverfahren. Dieſe Art wird je nach der haltbar zu machenden Saftmenge im Waſchkeſſel oder im Steriliſiertopf ausgeführt. Auf den Boden des Topfes oder Keſſels legt man, um ein Springen der Flaſchen zu vermeiden, einen Drahtunterſatz. Bevor man mit der Haltbarmachung des Saftes beginnt, hat man die hierzu notwendigen Geräte vorzubereiten. Man benötigt gerade, dichte Korken, in Sodawaſſer eingeweicht und vor der Verwendung ½ Stunde in reinem Waſſer gekocht, 1 Korkmaſchine, Paraffin. (An Stelle der Korke kann man auch Sterilophan oder Cellophan verwenden.) Ferner braucht man 1 Steriliſierthermometer, 1 Kiſte mit Holzwolle. Die Flaſchen ſind tags zuvor in heißem Sodawaſſer gründlich zu ſpülen und über Nacht in klarem Waſſer eingeweicht liegen zu laſſen.

Das Einfüllen.

Rohſaft füllt man bis 3 Finger breit unter dem Rand der Flaſchen ein, die man in den Keſſel oder Steriliſiertopf ſtellt. Es iſt günſtig, um die Flaſchen etwas Holzwolle herumzulegen, damit dieſelben ſich nicht berühren und beim Kochen nicht aneinander ſtoßen können. Das Waſſer wird nun mit der Gießkanne etwa bis zu $^2/_3$ der Flaſchenhöhe in den Keſſel eingefüllt und ſo lange erhitzt, bis die Temperatur des Saftes in den Flaſchen 75 Grad Celſius mißt (in eine der Flaſchen wird ein Thermometer zur Kontrolle geſteckt). Hierauf beginnt man raſch mit dem Verkorken. Es ſind dazu 2 Perſonen notwendig: die eine hat die Flaſchen aus dem Keſſel zu nehmen, die zweite die Korken aus dem kochenden Waſſer in die Korkmaſchine zu legen und die Flaſchen ſofort zu verſchließen. Die auf dieſe Weiſe verkorkten Flaſchen ſtellt man umgekehrt in die Kiſte mit Holzwolle, damit die Unterſeite des Korkes und der leere Raum ſteril werden. Das Verkorken der Flaſchen hat ſehr ſchnell vor ſich zu gehen, denn die Temperatur in den Flaſchen darf nicht zu hoch ſteigen, da ſonſt der natürliche Geſchmack des Saftes leidet. Während des Verkorkens iſt die Feuerung ſehr klein zu halten, beim Waſchkeſſel die Aſchentüre zu ſchließen, die Glut mit Aſche zu bedecken.

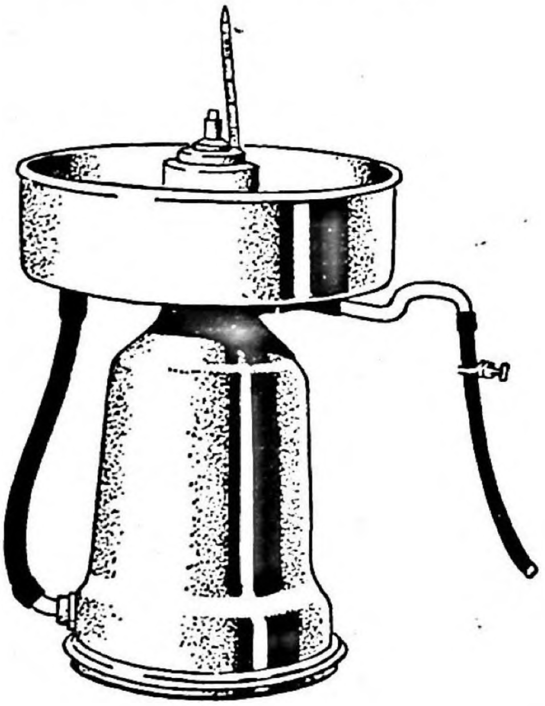
Noch einfacher iſt es, die mit Rohſaft gefüllten Flaſchen vor dem Erhitzen zu verſchließen und den Korken mittels Apothekerknoten zu befeſtigen. Um die Temperatur meſſen zu können, ſtellt man in dieſem Falle in die Mitte des Keſſels oder Topfes eine offene Flaſche mit Waſſer. Zeigt die Temperatur dieſer Flaſche 75 Grad Celſius, ſo erhitzt man noch weitere 5 Minuten und nimmt dann die Flaſchen ſofort heraus. Die mit Kork verſchloſſenen werden ebenſo in die Kiſte umgeſtürzt, wie oben beſchrieben.

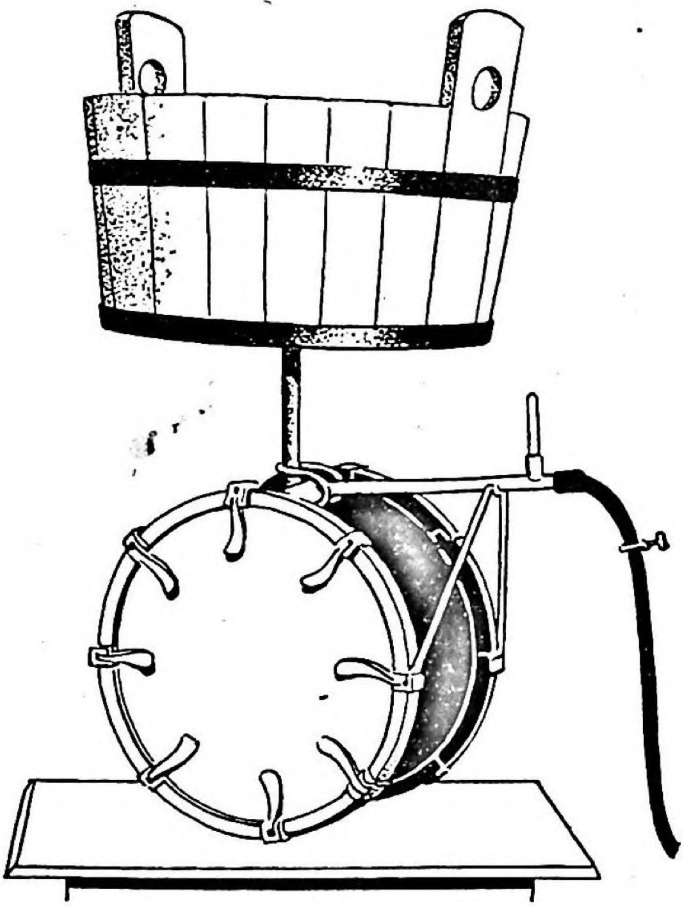
Wenn der Saft in den Flaſchen abgekühlt iſt, reinigt man den oberen Flaſchenrand und den oberen Teil des Korken mit Spiritus und taucht ihn in flüſſiges Paraffin. Nach dem Erkalten iſt es zweckmäßig, den Flaſchenkopf nochmals in Paraffin einzutauchen. Dadurch wird ein Verdichten des an ſich poröſen Korkes erreicht und ein luftdichter Abſchluß erzielt.

Für den Großhaushalt, namentlich für den größeren Gutshaushalt und für die Siedlersfrau, empfiehlt es ſich, Süßmoſt durch Zuhilfenahme von Apparaten haltbar zu machen. Dieſe Apparate ermöglichen es, den Saft nur 1 bis 2 Minuten auf 75 Grad Celſius zu erhitzen. Alle Wertſtoffe des Obſtes und deſſen Aroma bleiben dadurch unvermindert erhalten.

Für den kleinen Haushalt hat ſich der Glockenerhitzer „Sonnenborn", Baumann, Preis 40 RM., ſehr bewährt. Dieſer Apparat iſt in den Steriliſiertopf zu ſetzen und kann auf jeder Gasflamme erhitzt werden. Man kann mit ihm in der Stunde 50 bis 100 Liter Süßmoſt haltbar machen.

Glockenerhitzer „Sonnenborn„

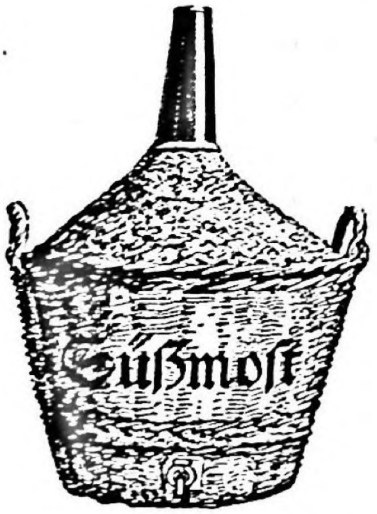




Noch ſchneller arbeitet der Flächenerhitzer „Sonnenborn", Baumann. Dieſer Apparat hat eine Stundenleiſtung von 150 bis 170 Liter, je nach Feuerung. Der Flächenerhitzer wird im Gegenſatz zur Glockenform im Waſchkeſſel erhitzt.

Bezugsquelle dieſer Apparate iſt die Lehr- und Verſuchsanſtalt für gärungsloſe Früchteverwertung, Obererlenbach bei Frankfurt a. M.

Bereitet man größere Mengen von Süßmoſt, iſt die Füllung in Flaſchen zu zeitraubend. In dem Fall benützt man als Behälter gute Glasballons mit 15 bis 50 Liter Inhalt. Für dieſen Zweck kommen nur Ballons in Betracht, deren Boden und Flaſchenhals verſtärkt iſt, und die durch Weidengeflecht geſchützt ſind. Zu empfehlen ſind ferner Ballons mit eigener unten angebrachter Anſtichvorrichtung. Bei kühler Lagerung ermöglicht es dieſe Flaſchenart, dem Ballon jederzeit auch kleine Moſtmengen zu entnehmen.



Anſtich →

Die Haltbarmachung der Fruchtſäfte wird aber nicht nur durch die eben beſchriebenen natürlichen Verfahren erreicht, ſondern auch durch Zuſätze verſchiedener Art. Als Vertreter dieſer Verfahren kommen Weinſteinſäfte und Fruchteſſige in Betracht. Daß dieſe Säfte den erſtgenannten im Werte nachſtehen, iſt begreiflich. Wegen ihrer erfriſchenden Wirkung ſind ſie trotzdem bei vielen Hausfrauen beliebt.

Weinſteinſäfte

Weinſteinſäfte. 1 Kilo Früchte, ½ Liter Waſſer, 10 Gramm Weinſteinſäure, auf 1 Liter Saft ¾ Kilo Zucker.

Weinſteinſäure mit Waſſer auflöſen, auf die zerdrückten Früchte gießen, 24 Stunden kühl ſtellen (Keller). Während dieſer Zeit öfters umrühren. Den gebildeten Saft durch ein gebrühtes Tuch ablaufen laſſen, den Zucker langſam unter Rühren zugeben. Der beim Rühren ſich bildende Schaum kann nach einiger Zeit abgenommen werden. Die Haltbarkeit wird erhöht durch vorheriges Ausſpülen der Flaſchen mit Alkohol. Saft in Flaſchen einfüllen, mit Wattebauſch verſchließen, da die Säfte in der Flaſche manchmal ſteigen. Nach einigen Wochen Flaſchenhals mit Alkohol reinigen, Flaſchen mit gut vorbereitetem Kork verſchließen. Für dieſe Zubereitungsart eignen ſich vor allem Erdbeeren, Johannisbeeren, Himbeeren, Brombeeren.

Fruchteſſige

Fruchteſſige. 1 Kilo Früchte, ½ Liter Weineſſig, auf ½ Kilo gewonnenen Saft ½ Kilo Zucker.

Die Früchte zerdrücken, mit Weineſſig übergießen, 2 bis 3 Tage zugedeckt kalt ſtellen und während dieſer Zeit öfters umrühren, durch Tuch filtrieren, mit der entſprechenden Zuckermenge 25 Minuten kochen, abſchäumen, heiß einfüllen, mit gut vorbereitetem Kork verſchließen. Für Fruchteſſig eignen ſich beſonders Himbeeren, Johannisbeeren, Erdbeeren.

Aufbewahrung der Fruchtſäfte.

Die Fruchtſäfte bewahrt man in froſtfreiem Raum, am beſten auf Lattengeſtellen liegend auf. Sollte im Winter Froſtgefahr beſtehen, ſo empfiehlt es ſich, die Flaſchen auf Stroh oder Säcke zu legen und zuzudecken. In den erſten 4 Wochen nach der Zubereitung ſind die Säfte täglich nachzuſehen. Flaſchen, an denen ſich Schaumbildung zeigt, ſind geſondert zu beobachten, am beſten ſofort zu verwenden. Weißer Schimmel erzeugt keinen unangenehmen Geſchmack. Tritt jedoch grüner Schimmel auf, ſind die Säfte baldigſt zu verbrauchen und die Flaſchen auszukochen.

Bevor die Hausfrau ſich mit Süßmoſtbereitung befaßt, iſt es notwendig, daß ſie ſich zuerſt eingehend mit weitergehender Aufklärung beſchäftigt. Empfehlenswerte Schriften ſind:

Baumann Joſef, Gärungsloſe Früchteverwendung. 2. Teil. Die Verfahren. Verlag von Eugen Ulmer, Stuttgart, Olgaſtr. 83. 76 Seiten. Preis 1.50 RM.

Kochs, Prof., und J. Schieferdecker, „Flüſſiges Obſt", Neuzeitliche Obſtverwertung ohne Gärung im Haushalt und Betrieb. Verlag Trowitzſch u. Sohn, Frankfurt a. O. Preis 1.50 RM.

Stumpf, Bezirksgartenbaumeiſter, Die Süßmoſtfrage gelöſt. Keimfreihaltung des Fruchtſaftes. Verlag: Bezirksobſtbauverband Wolfratshauſen/Oberbayern. Gratis.

Gärungsloſe Früchteverwertung / Zeitſchrift für die Praxis in Haus und Schule, in Anſtalt und Verwertungsbetrieb, herausgegeben von Prof. Dr. Kochs, Obſtbaulehrer J. Baumann, Dr. H. Polzer.

Obſtweine

Im Haushalt handelt es ſich vor allem um Bereitung von Beerenweinen, die einen ziemlich hohen Alkoholgehalt erreichen können.

Obſtſorten.

Zur Herſtellung von Obſtweinen eignen ſich beſonders rote und ſchwarze Johannisbeeren, Äpfel, Heidelbeeren, Hagebutten, Brombeeren, auch Stachelberen und Erdbeeren. Man verwendet zur Weinbereitung die weniger ſchönen Beerenfrüchte, zur Herſtellung von Apfelwein wird das übliche Moſtobſt verwendet.

Zuerſt muß der Saft gewonnen werden.

Saftgewinnung aus rohen Früchten.

Gärgefäße.

Für große Weinmengen ſind Fäſſer geeignet. Dieſelben müſſen peinlich ſauber vorbereitet werden. Ein Ausſchwefeln derſelben iſt günſtig. Nach dem Ausſchwefeln müſſen ſie aber mindeſtens 1 Woche täglich mit Waſſer geſpült werden, damit die ſchwefelige Säure, die eine Gärung verhindert, entfernt wird.

Für den kleineren und mittleren Haushalt empfiehlt ſich die Herſtellung der Obſtweine in Glasballons mit 5 bis 25 Liter Inhalt. Größere Ballons erſchweren die Handhabung.

Bereitung.

Die zu verwendende Zuckermenge richtet ſich nach dem Produkt, das man erzielen will. Man kann im allgemeinen ſagen, daß man mit wenig Zucker leichteren Wein, mit mehr Zucker ſchwereren Wein erzielt. Die Zuckermenge darf aber eine gewiſſe Höhe nicht überſteigen, da die Gärungserreger dadurch unwirkſam gemacht werden.

Durchſchnittsrezepte für Beerenobſtweine.

Schwere Weine. 1 Liter Saft, ¾ bis 1½ Liter Waſſer, 250 bis 350 Gramm Hutzucker auf 1 Liter Miſchung.

Leichte Weine. 1 Liter Saft, 1¾ bis 2 Liter Waſſer, 150 bis 250 Gramm Hutzucker auf 1 Liter Miſchung.

Bei Heidelbeerweinen empfiehlt es ſich, den Zuckerzuſatz um ¼ zu verringern, Apfelwein bereitet man überhaupt ohne Zucker.

Die angegebene Waſſermenge iſt mit den Preßrückſtänden zu miſchen und dieſe nochmal zu preſſen. Obſtweine können auch ohne Hefezuſatz bereitet werden, da ſich an den Früchten ſchon Hefen befinden. Will man beſonders reine Produkte, ſo empfiehlt es ſich, mit Reinhefen zu arbeiten. Reinhefen kommen als Trockenhefen oder als flüſſige Hefen der gärungsphyſiologiſchen Inſtitute Veitshöchheim, Weihenſtephan und Geiſenheim am Rhein in den Handel. Man beſtellt die Reinzuchthefen unter Angabe der betreffenden Obſtſorten, und ob Tiſch- oder ſtarke alkoholiſche Weine daraus bereitet werden ſollen. Bei Verwendung derſelben iſt auf die den Reinzuchthefen beiliegende Gebrauchsanweiſung genau zu achten.

Ohne Hefezuſatz kann man, mit Hefe muß man gute Reſultate erzielen.

Das Vergären.

Zur Weinbereitung verwendet man am beſten Hutzucker. Dieſen löſt man in einem Teil des zu verwendenden Waſſers auf und gibt den Saft dazu. Das Gemiſch wird in den Ballon gegeben, der $^{9}/_{10}$ gefüllt ſein ſoll. Dann läßt man den Saft in möglichſt temperiertem Raum (18 bis 28 Grad Celſius) ſtehen. Man überdeckt das Gefäß in den erſten Tagen am beſten mit einem reinen Leinenläppchen, damit die unreinen Beſtandteile ausgären können. Nach ein paar Tagen ſetzt man den Gärſpund auf (zu beziehen durch die oben angegebenen Anſtalten). Der Kork muß ganz feſt ſchließen. Sollte das nicht der Fall ſein, muß er mit Paraffin gedichtet werden. Die Gärung, die etwa 2 bis 3 Monate dauert, wird durch die entweichenden Kohlenſäurebläschen angezeigt. Iſt die erſte Gärung beendet (Erkennungszeichen: es ſteigen keine Kohlenſäurebläschen mehr auf), muß der Wein abgezogen werden.

Das Abziehen hat den Zweck, die abgeſtorbenen Hefen und den Bodenſatz vom Wein zu entfernen. Man verwendet dazu einen Schlauch, der mit lauwarmem Waſſer vorher gut durchgeſpült werden muß. Dazu ſtellt man das abzuziehende Faß hoch und das andere etwas tiefer. Um den Luftdruck zu überwinden, ſaugt man am Schlauchende die Luft aus, bis Flüſſigkeit ausfließt. Nach dem Einfüllen, das randvoll geſchehen muß, ſetzt man den Gärſpund auf, der zur Nachgärung bei 12 bis 14 Grad Celſius ſehr wichtig iſt. Die Dauer der Nachgärung beträgt ebenfalls 2 bis 3 Monate. Es empfiehlt ſich, den fertigen Wein vom Herbſt bis zum zeitigen Frühjahr im Faß oder Ballon zu laſſen und dann auf Flaſchen abzuziehen. Der Wein ſoll liegend aufbewahrt werden. Mehrjährige Lagerung erhöht den Wohlgeſchmack.

Sonderrezept.

Hagebuttenwein. 2 Liter Hagebutten, 1¼ Kilo Zucker, 4 Liter Waſſer.

Sehr reife Hagebutten von Stiel und Blüte befreien, wenn nötig im Keller nachreifen laſſen, täglich rühren um Schimmelbildung zu vermeiden, lauwarmes Zuckerwaſſer zugeben, in Gärgefäß einfüllen. Als Gärgefäß eignet ſich am beſten ein Ballon, da der Wein im Anfang täglich geſchüttelt werden muß. Den Wein zunächſt offen ſtehen laſſen, bis die ſtürmiſche Gärung vorüber iſt, dann verſchließen, nachfüllen, Gärſpund aufſetzen. Die Hauptgärzeit beträgt 5 Monate. Nach Beendigung derſelben Wein in kleines Gefäß abgießen und den Rückſtand mit Zucker und Waſſer nochmals vergären laſſen. Die Nachgärung dauert 3 bis 4 Monate. Weiterbehandlung wie bei anderem Wein. Es iſt günſtig, den Hagebuttenwein etwa im Juni auf Flaſchen zu ziehen.

Johannisbeerwein.

Gute, reife Johannisbeeren von den Stielen ſtreifen, zerdrücken oder in einer Fruchtpreſſe auspreſſen. Man nimmt auf 1 Liter Saft 1½ Liter Waſſer, füllt die Maſſe in eine große Anſetzflaſche mit weitem Halſe und gibt auf je 1 Liter der gemiſchten Flüſſigkeit 280 Gramm geſtoßenen Zucker. Man rüttelt die beiden erſten Tage die Flaſchen öfters, dann läßt man ſie ganz ruhig an einem kühlen Orte ſtehen. Die Flaſche muß bis zum Rande gefüllt ſein, damit beim Gären der Schaum und das Unreine abfließen können. Gärkorken verwenden. Man darf die Flaſche nur leicht mit einem Papier oder einem Sandſäckchen überdecken. Der Saft bleibt ſo lange ſtehen, bis er ganz hell iſt, ungefähr 6 bis 8 Wochen. Hierauf wird alles Unreine, das ſich oben angeſetzt hat, ſorgfältig beſeitigt, der klare Wein in Flaſchen gefüllt, zugekorkt und in den Keller gebracht. Der Wein wird beſſer, je länger man ihn liegen läßt. Johannisbeerwein kann auch in gewöhnlichen Flaſchen hergeſtellt werden.

Winke für den Einkauf von Obſt und Gemüſe

Die Qualität iſt den Erzeugniſſen nicht leicht anzuſehen. Die größten Exemplare ſind nicht immer die ſchmackhafteſten und haltbarſten. Sehr oft ſind ſolche Prachtexemplare zu ſchnell und maſtig (ſchwammig) gewachſen auf Koſten der Feſtigkeit der Gewebe und der Qualität.

Beim Einkauf von Gemüſen ſind bei Kohlarten Winterſorten zu verlangen (möglichſt mit Strünken) und feſte mittelgroße Köpfe zu wählen, die ſpät geerntet wurden. Auch bei Wurzelgemüſe iſt mittlere Größe mehr verſprechend als beſonders große, abgeſehen davon, daß ſie im Verbrauch für den Familientiſch angenehmer ſind. Es wäre auch nicht verwerflich, Gemüſe nur von Gärtnern zu kaufen, deren Erzeugniſſe uns durch gute Qualität ſchon bekannt ſind, anſtatt nur nach dem Ausſehen zu wählen. So iſt oft ein Züchter bekannt für ſeine guten

Rettiche, einem anderen gedeihen Krautarten beſſer, was nicht nur mit der Pflege, ſondern auch mit der Bodenart und anderem zuſammenhängt. Aufgabe der Hausfrau iſt es, im Lauf der Jahre dieſe beſonderen Quellen ausfindig zu machen.

Um Obſt richtig einkaufen zu können, iſt in erſter Linie Sortenkenntnis nötig. Gar zu leicht ſchließt man vom Ausſehen der Früchte auf den Geſchmack, was für den Kenner nicht unrichtig iſt, für den Unkundigen trügeriſch und gefährlich ſein kann. Für den letzteren iſt ein beſſeres Mittel, das Gewünſchte zu erlangen, bewährte, bekannte Sorten zu kaufen, von denen er weiß, wann ſie eßreif werden, ob ſie Tafeläpfel oder Wirtſchaftsäpfel ſind.

Außer den Sorten iſt noch zu beachten, ob das Obſt gut gepflückt und in guter Verpackung angeboten iſt. Zumindeſt ſollen die Körbe und Kiſten mit Holzwolle, Heu oder Wellpappe ausgelegt ſein. Druckſtellen ſind oft erſt ſpäter ſichtbar, beeinträchtigen nicht nur das Ausſehen der ſchönſten Früchte, ſondern machen ſich auch in der Haltbarkeit ſehr unangenehm bemerkbar.

Beſondere Aufmerkſamkeit iſt darauf zu verwenden, ob Winterſorten nicht zu früh geerntet ſind, was ohne große Sortenkenntnis leicht zu ſehen iſt. Das ſicherſte Zeichen dafür ſind viele abgebrochene Stiele. Jede Frucht iſt erſt pflückreif, wenn ſich zwiſchen Stiel und Fruchtholz eine dünne Korkſchicht gebildet hat, die leichtes Pflücken ermöglicht oder mit der Zeit die Früchte ſelbſt abſtößt. Schlecht ausgereifte Früchte verdunſten erfahrungsgemäß auf dem Lager zu viel von ihrem Saft, ſchrumpfen ſtark und halten ſich ſchlecht. Die große Zahl der angebotenen Sorten macht uns die Wahl nicht leicht. Die folgende Liſte bringt eine Auswahl von Äpfeln und Birnen, die in beinahe allen Gegenden bekannt und käuflich ſind und deren Eigenſchaften ſich bewährt haben:

Tafeläpfel	Sorte heißt im Volksmund	Eßreife
Herbſt:		
Gravenſteiner		Sept. bis Okt.
Roter Herbſtkalvill	Himbeerapfel, Roſenapfel	Okt. bis Nov.
Geſtreifter Kardinal		Okt. bis Nov.
Goldparmäne		Okt. bis. Febr.
Canada Renette	Große Goldrenette od. engl. Renette	Sept. bis. Mai
Winter:		
Landsberger Renette		Nov. bis Jan.
Cox-Orangen		Okt. bis Febr.
Gelber Richard		Nov. bis Febr.
Goldrenette von Blenheim		Nov. bis Febr.
Ananas-Renette		Dez. bis Febr.
Schöner von Boskop	eine Art Lederapfel	Jan. bis April
Ribſton-Pepping	Granatrenette	Dez. bis April
Graue franz. Renette	Lederapfel	Dez. bis April
Boikenapfel		Jan. bis Mai
Baumanns-Renette		Jan. bis Mai
Winterkalvill		Jan. bis März

Äpfel, Wirtſchaftsſorten	Sorte heißt im Volksmund	Eßreife
Jakob Lebel		Dez. bis Febr.
Stern-Renette		Dez. bis Febr.
Großer Bohnapfel		Dez. bis Juni
Grüner Stettiner	Wintergrünling	Jan. bis April
Roter Eiſerapfel		Jan. bis Sommer
Eßbirnen		
Herbſt:		
Gute Luiſe von Avranches		Anf. bis Ende Okt.
Gellerts Butterbirne		Sept. bis Okt.
Diels Butterbirne		Oktober
Winter:		
Napoleons Butterbirne		Okt. bis Ende Nov.
Paſtorenbirne (Eß- und Wirtſchaftsbirne)		Nov. bis Jan.
Alexander Lukas Butterbirne		Nov. bis Dez.
Joſephine von Mecheln		Dez. bis März
Großer Katzenkopf (ſehr gute Wirtſchaftsſorte)		Dez. bis Juni

Außer den bekannten Sorten gibt es oft recht gute Lokalſorten vorteilhaft zu kaufen. Es iſt aber nur dann ratſam ſie zu kaufen, wenn ihre Eigenſchaften bekannt ſind.

Vor der Einlagerung der neuen Vorräte muß der Keller gründlichſt gelüftet und von allen Gemüſereſten (die längſt verſchwunden ſein ſollten) geſäubert werden. Die Wände werden vorteilhaft mit Kalkmilch desinfiziert, bei Naturboden wird die oberſte Schicht leicht abgekratzt. In Obſtkellern wird zur Desinfektion auch oft Ausſchwefeln angewendet.

Obſt ſoll in luftigem, geruchfreiem Raum 8 bis 14 Tage liegen und abſchwitzen, ehe es in den Keller kommt. Eine Ausnahme machen alle Sorten mit Roſtzeichen, roſtigen oder lederartigen Schalen, weil ſie ſehr gerne welken. Sie ſollen nach der Ernte direkt in den Keller kommen und brauchen mehr Luftfeuchtigkeit, als glattſchalige Früchte, die in der Reife fettig werden. Ein Beiſpiel dafür iſt die graue franzöſiſche Renette, die ſich bis April halten kann, wenn ſie zur rechten Zeit gepflückt und darnach gleich in den Keller gebracht oder einzeln in Papier verpackt in kühler Kammer gelagert wird. Dieſelbe Sorte kann bei Außerachtlaſſung dieſer Regel ſchon bis Weihnachten hutzelartig ſchrumpfen, ohne je ihren feinen Geſchmack erreicht zu haben.

Für die Lagerung von Obſt ſind Lattengeſtelle oder herausziehbare Horden, wenn die Konſtruktion gut durchgedacht iſt, gleich gut verwendbar. Hauptſache iſt, daß die Lagen gut zu überblicken ſind. Von ſpäten harten Sorten können 2 bis 3 Lagen notfalls übereinander liegen, dagegen ſind Sorten, die früher reifen ſollen, heller und des öfteren Durchſuchens wegen einſchichtig zu legen.

Leider wird aus Unkenntnis oft Obſt aus dem Keller geholt, das noch nicht eßreif iſt. Die Eßreife und Lagerreife richtet ſich nicht nur nach der Sorte, ſondern auch ſehr nach der Temperatur und den Lichtverhältniſſen des Raumes. Der Vorgang des Reifens und der Zuckerbildung der Früchte iſt noch nicht weitgehend geklärt. Dieſer Prozeß, der unter beſtimmten Umſtänden ſchneller, intenſiver oder langſamer vor ſich gehen kann, beruht vorerſt mehr auf Erfahrung als auf wiſſenſchaftlich nachweisbaren Tatſachen. Zu bedenken iſt, daß die vom Baum abgelöſten Früchte keine toten Subſtanzen ſind, ſondern daß die Gewebe, die Zellen weiterleben und auf Einflüſſe der Temperatur, der Luft, des Lichtes und der Feuchtigkeit reagieren. Große Bedeutung wird der Wirkung des Sauerſtoffes auf die Reife des Obſtes zugeſchrieben.

Die in den Früchten enthaltenen Fermente beſchleunigen, durch Übertragung des Sauerſtoffes der atmoſphäriſchen Luft auf die Säuren, deren Verbrennung. Durch die Verminderung oder das Verſchwinden der Säuren tritt der Zuckergehalt mehr in den Vordergrund. Auch der Zellſtoff verändert ſich durch Zutritt des Sauerſtoffes. Er wird weicher, daher die Früchte mürber und ſchmackhafter.

Auch Temperatur- und Lichtverhältniſſe haben einen Einfluß auf die Veränderungen, die in der Frucht vor ſich gehen. Neben dieſen äußeren Faktoren ſpielen zweifellos die Innenfaktoren eine große Rolle, die ſich bei weitem nicht ſo gut analyſieren laſſen wie die erſteren, die ſich unſerer Beobachtung weniger entziehen.

Es bedarf keiner weiteren Erörterung, daß ſpäte Sorten trotz reichlichſter Sauerſtoffzufuhr nicht ſo früh reifen können wie Frühſorten und daß aus herben Sorten keine fein aromatiſchen Früchte werden. Hier ſtoßen wir auf die ſpeziellen Anlagen der Früchte und ihre Eigenſchaften, die wohl den ſtärkſten Ausſchlag zu ihrer weiteren Entwicklung geben.

Praktiſch iſt daraus zu entnehmen, daß wir durch luftiges Lagern die Reife bedingt beſchleunigen können, oder im Gegenſatz dazu, z. B. durch Einmietung die Entwicklung der Aromaſtoffe verzögern können. Bei letzterem Verfahren iſt nur die Gefahr vorhanden, daß nach der Herausnahme wegen mangelhafter Wachsausſcheidung, die Früchte raſch welken und ſchnell verbraucht werden müſſen, ehe man die Entwicklung des Aromas abwarten kann. Auch durch Regulierung der Temperatur und des Lichteinfalles können wir die Reife entweder beſchleunigen oder verzögern. Erfahrungsgemäß geht aber der Prozeß der Zuckerbildung bei weniger als 4 Grad Celſius zu langſam, bei mehr als 9 Grad Celſius zu ſchnell vor ſich. Im erſteren Falle erreichen die Früchte nicht ihr wirkliches Aroma, in letzterem verdunſten ſie zu viel ihres Waſſergehaltes, werden unanſehnlich und ſchmecken nicht mehr erfriſchend.

Der rechte Zeitpunkt der Eßreife iſt an der Farbe und am Geruch erkennbar. Die Färbung wird lebhafter, grüne Früchte oft gelb, rote leuchtender, der Geruch deutlicher, oft aromatiſch.

Reifende Sorten ſollen alle 8 Tage durchgeſehen und alle angefaulten oder reifen Früchte herausgenommen werden. Faules Obſt ſteckt das geſunde zu leicht an und verbreitet Pilzſporen, die dann wieder geſundes Obſt befallen. Bei ſpätreifenden, harten Sorten genügt es auch, wenn ſie ſeltener durchgeſehen werden. Anders iſt es bei Birnen. Fängt bei ihnen die Lagerreife an (durch leichten Druck an der Stilſeite zu ermitteln), ſo muß täglich oder alle zwei Tage durchgeſucht werden. Es heißt, jede Birne habe ihren Tag. Wird er verpaßt, ſo können die beſten Sorten teigig werden, ehe man ſichs verſieht. In den erſten Wochen, in denen das Obſt im Keller liegt, iſt beſonders viel zu lüften.

Aufbewahrung von friſchem Gemüſe und Obſt

Wirtſchaftliche Erwägungen treten auch hier in den Vordergrund. Werden die Erzeugniſſe im eigenen Garten gebaut, ſo entſteht ſelbſtverſtändlich die Pflicht, für richtige Aufbewahrung zu ſorgen. Iſt es nicht möglich, die nötigen Bedingungen dafür zu ſchaffen, ſo kann nur Gemüſe zum ſofortigen Gebrauch, aber nicht für den Winterbedarf gezogen werden.

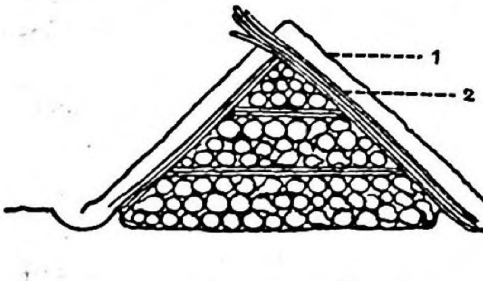
Wichtige Vorbedingungen ſind: Gute Qualität der Gartenprodukte, geeignete Räume zur Einwinterung oder gute Plätze für Mieten und ſachgemäße Pflege der Vorräte. Je nach dem Zutreffen oder Nichtzutreffen dieſer Vorausſetzungen beantwortet ſich die Frage der Rentabilität.

Die Güte der Gemüſe und Früchte richtet ſich nach den Verhältniſſen, in denen die Pflanzen herangewachſen ſind. Leicht erklärlich iſt, daß beſonders naſſe Jahre, Überdüngung der Pflanzen oder Krankheitsbefall ſich ungünſtig auswirken müſſen. Dagegen iſt es nicht ſchwer, Obſt und Gemüſe, das unter natürlichen Bedingungen gewachſen iſt, in guten Kellern, geeigneten Kammern oder Mieten, bei verhältnismäßig geringer Pflegearbeit, friſch zu erhalten.

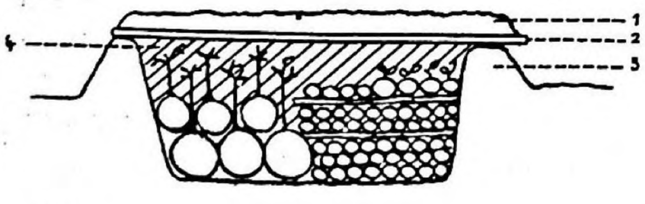
Der Gartenbeſitzer kann in Ermangelung geeigneter Kellerräume im ausgehobenen Miſtbeet oder im Freien in Mieten einen größeren Wintervorrat der verſchiedenſten Gemüſe einſchlagen und bis zum Frühjahr aufbewahren. Bei den Miſtbeeten muß nur bedacht werden, daß der Kaſten zur Vorbereitung für die Ausſaat rechtzeitig frei ſein muß. Gegenden, die beſonders ſtrenge und ſchneereiche Winter haben, eignen ſich nicht für Mieten, denen öfters Gemüſe entnommen werden ſoll, ebenſowenig Lagen mit hohem Grundwaſſerſtand. Daraus geht hervor, daß der Platz für die Miete nicht vertieft liegen darf, wenn möglich geſchützt und vom Haus aus nicht ſchwer erreichbar ſein ſoll.

Je nach dem Grundwaſſerſtand, der Bodenart und der Menge des einzuwinternden Gemüſes richtet es ſich, ob die Gemüſe oberirdiſch oder unterirdiſch eingewintert werden. Bei naſſem, ſchwerem Boden werden oberirdiſch von Nord nach Süd laufende dachartig gebaute Mieten vorgezogen, in leichterem, trockenerem Boden bewährt ſich Lagerung im Boden, bis zu 1 Meter tief, gut. Ebenſo gibt es gute Kombinationen beider Arten.

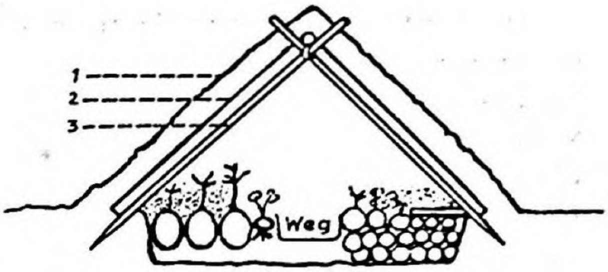
Hauptſache iſt, daß in der Miete nicht zu große Wärmeentwicklung ſtattfindet und das Eindringen eines ſtärkeren Froſtes verhindert wird. Daraus ergibt ſich, daß nicht zu luftdicht und auch nicht zu ſchwach gedeckt werden darf.



Dachmiete für größere Vorräte
1. Erddecke
2. Langſtroh, das Verbindung mit Außenluft gibt



Unterirdiſche Miete
1. Erddecke
2. Bretter
3. Erdwall
4. Tannenreiſig

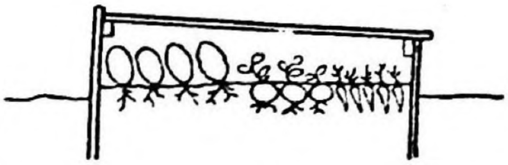


Miete mit Mittelweg (primitive Erdhütte)
1. Erde
2. Bretter
3. Pfoſten

Haben wir das einzuwinternde Gemüſe aus dem eigenen Garten, ſo iſt bei der Ernte ſchon gut zu ſortieren und zu ſorgen, daß beſchädigte Stücke baldige Verwendung finden. Kohlarten ſollen unbedingt mit Strünken geerntet und beim Putzen nur die äußerſten Blätter entfernt werden!

Die Einſchichtung der Wurzelgemüſe in Mieten und Miſtbeeten geſchieht lagenweiſe, ſo daß 2 bis 3 Lagen Wurzeln mit einer dünnen Schicht Sand oder ſandiger Erde wechſeln. Bei dachartigen Mieten oder beſonders großen Vorräten kann die Schichtung großzügiger vorgenommen werden.

Gartenbeſitzer, die ein Miſtbeet haben, können Endivien, Peterſilie und Sellerie in größeren Mengen in das leere Miſtbeet reihenweiſe einſchlagen, wenigſtens ſo lange der Winter noch nicht zu ſtreng iſt. Zu ſtarken Froſt darf Endivienſalat nicht bekommen, er muß deshalb an kalten Tagen und in der Nacht entſprechend geſchützt werden.



Einſchlag im Miſtbeet von Endivien, Sellerie und Peterſilie

Iſt im Miſtbeet ſo viel Platz vorhanden, daß dieſes im Frühjahr nicht ganz für die Ausſaaten gebraucht wird, ſo kann uns die eingeſchlagene Peterſilie und der Sellerie lange mit Suppengrün verſorgen. Die gebräuchlichſte Überwinterung von Kohl im Freien iſt, denſelben reihenweiſe in ſchmale Graben mit dem Kopf nach unten einzuſchlagen. Die Strünke ſehen aus der Erde heraus, bei größerer Kälte wird Laub oder Stroh dazwiſchen geſteckt. Für den kleinen Haushalt iſt es gut möglich, beide Gemüſearten in einer Miete unterzubringen. Das Bedecken der Flachmiete wird mit trockenem Laub oder Stroh und darüber gelegten Tannenzweigen, die nicht zu luftdicht abſchließen, vorgenommen. Über die Randwälle, von denen der nördliche etwas höher iſt, werden Bretter gelegt, die dadurch leichte Neigung nach Süden haben und eine Erddecke bekommen. Ein beſonderer Luftabzug iſt bei dieſer Deckung nicht nötig. Zu ſtarke Neigung nach Süden iſt unvorteilhaft, weil dadurch zu viel Sonnenwärme gefangen wird. Die dachartige Miete wird erſt mit Langſtroh (Halme von oben nach unten) abgedeckt, darüber kommt der Erdmantel, deſſen Dicke ſich nach dem Auftreten der Winterkälte richtet. Vielfach iſt Einfügen eines Strohwiſches bzw. mehrerer in großen Mieten zum Luftabzug üblich. Dabei ſoll aber vermieden werden, daß Regenwaſſer oder Schneeſchmelzwaſſer Einlaß findet. Die Erde wird angeklopft, damit das Waſſer beſſer abläuft. Ein geeigneter Keller, wie er im nächſten Abſchnitt beſchrieben iſt, bietet der Hausfrau den praktiſchſten Überwinterungsraum.

Einige Gemüſearten (Roſenkohl, Grünkohl, Spinat und Feldſalat) können zum Teil auf den Beeten im Freien überwintern und, ſo lange kein Schnee liegt, dort geerntet werden. Näheres im Kapitel Nutzgarten.

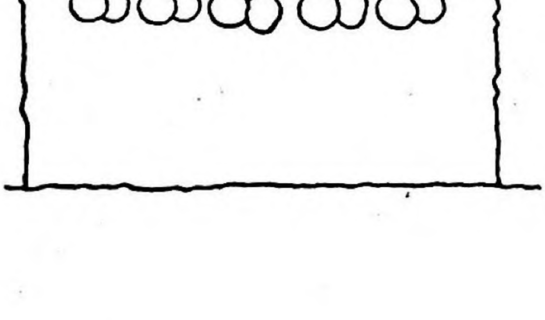
Der gartenloſe Haushalt iſt auf den Einkauf der Gartenprodukte und auf die Überwinterung im Raum angewieſen. Ein kühler, froſtfreier, luftiger, aber mäßig luftfeuchter Keller iſt der beſte Aufbewahrungsraum, in dem ſich die verſchiedenen Gemüſearten und Kartoffeln gut zuſammen vertragen. Es iſt meiſt leichter geſagt als getan, daß Obſt in einem eigenen Raum aufbewahrt werden ſoll. Für die kleinen Vorräte für einen Haushalt wird es ſelten möglich ſein, dem Obſtgeſtell oder Obſtſchrank einen Raum zu geben, in dem keine anderen Vorräte lagern, wie es zweifellos am beſten wäre. Wo es einzurichten iſt, ſollte man den Obſt-Aufbewahrungsraum durch einen Bretterverſchlag vom übrigen Keller trennen, weil Gerüchte anderer Vorräte (z. B. Kraut, Sauerkraut, Eſſigfaß uſw.) den Geſchmack des Obſtes ſehr beeinträchtigen.

Ob Steinboden oder Naturboden vorzuziehen iſt, richtet ſich nach den Grundwaſſerverhältniſſen. In den meiſten Fällen werden mit Naturböden (geſtampftem Lehm oder Erde, wie ſie in der tiefen Schicht vorhanden iſt) oder poröſem Ziegelboden die beſten Erfahrungen gemacht. In ſehr naſſen Lagern wird Zementboden das Eindringen des Grundwaſſers eher zurückhalten können und unter dieſen Umſtänden nicht am unrechten Platze ſein. Direktes Sonnenlicht ſoll nicht in den Keller dringen. Es regt Kartoffeln und Wurzelgemüſe zum Treiben an und beſchleunigt bei Obſt die Lagerreife. Durch dunkle luftdurchläſſige Vorhänge iſt dagegen leicht geholfen. Tiefere, gut lüftbare Keller ſind immer beſſer als ſolche, die kaum unter die Erdoberfläche reichen, dadurch zu viel von der Außentemperatur abhängen und meiſt zu warm ſind. Häufig findet man in neueren Häuſern, daß dazu noch von nebenſtehenden Räumen die Wände erwärmt ſind, oder daß die trockene Luft der Dampfheizung bis in die ſogenannten Kellerräume dringt. Leider kommt die Sparſamkeit, die ſich beim Hausbau meiſt an der Unterkellerung auswirkt, die Bewohner teuer zu ſtehen.

Einlagerung der Gemüſe

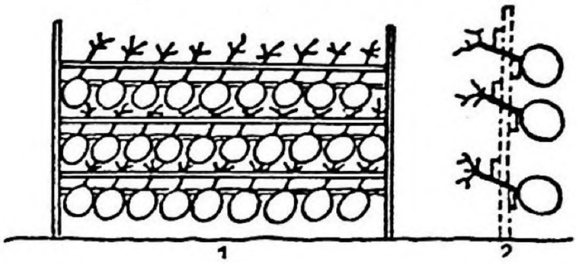
Wurzelgemüſe, wie Gelbe Rüben, Rote Rüben, Schwarzwurzeln, Rettich, Meerrettich, Peterſilienwurzeln und eventuell Sellerie können im Keller entweder auf dem Boden oder in Kiſten (mit reichlich Luftlöchern verſehen) ſchichtenweiſe in Sand oder ſandiger Erde eingeſchlagen werden, wie es in ähnlicher Weiſe bei der Miete und dem Miſtbeet ſchon angeführt iſt.

Kohlgemüſe kann an aufgehängten Stangen und zuſammengebundenen Strünken unter der Decke hängen oder mit den Strünken in eigens dafür errichtete Geſtelle geſteckt werden. Für Kohl ohne Strünke oder in lufttrockenen Räumen aufzubewahrende Köpfe kann auch Aufſchichten in Pyramiden (Strunkteil nach oben) gut ſein.

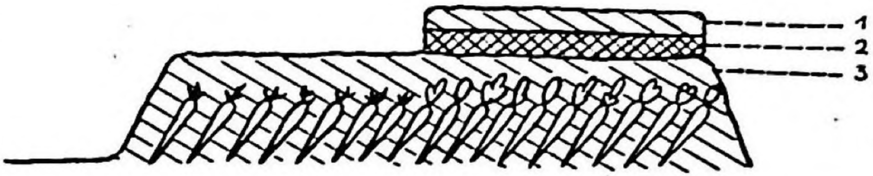


Kohlſtrünke an Stange aufgehängt

Außer Gemüſen kann der Städter ſogar in kleinen Mengen Salat im Keller friſch erhalten und den Speiſenzettel damit bereichern. Dafür ſind Keller mit Naturboden geeigneter als andere. Auf dem Boden wird ein Beet aufgeſchüttet (10 bis 15 Zentimeter hoch), darin kann reihenweiſe Endivienſalat eingeſchlagen werden, der in der Dunkelheit ungebunden bleicht. In helleren Kellern können Teile des Einſchlages durch Überlegen eines Sackes gebleicht werden, was auch die Verwendbarkeit über längere Zeit verteilt. Für Gegenden mit langem Winter können auch Cichorienwurzeln in Erde eingeſchlagen und handhoch damit bedeckt werden. Ein Teil davon könnte durch Auflegen einer Lage warmen Miſtes und darüber wieder etwas Erde getrieben werden. Die gelben Blätter, die einen kurzen dicken Trieb bilden, wachſen durch die Erdbedeckung und werden über dieſen herausgenommen, wenn ſich ihre Spitzen zeigen. Unter der Miſtdecke muß rechtzeitig nachgeſehen werden, daß dieſe entfernt wird, bevor die Triebe hineinwachſen. Dieſes etwas umſtändliche Verfahren iſt allerdings nur für beſondere Salatliebhaber und Feinſchmecker zu empfehlen.



Lattengeſtell
1. Vorderanſicht
2. Querſchnitt



Einſchlag von Zichorie
1. Erde
2. Miſt
3. Erde

Allgemeine Pflegearbeiten für die Kellervorräte ſind Regulierung der Temperatur, der Feuchtigkeit und des Lichtes, wie ſie am Anfang des Kapitels ſchon angedeutet wurden, ebenſo die Durchführung peinlichſter Sauberkeit und Ordnung. Gefährdete Stücke ſollen rechtzeitig verwendet, angefaultes Gemüſe entfernt werden.

Letzten Endes bietet ein froſtfreies Fenſter in der Wohnung (Küche iſt oft geeignet) noch Gelegenheit, einige Schnittlauchtöpfe, die im Herbſt eingetopft wurden, und ein Kiſtchen Schnittpeterſilie aufzuſtellen. Eine Platte mit friſcher Peterſilie verziert und eine Suppenſchüſſel mit friſchem Schnittlauch können mitten im Winter ganz frühjahrlich wirken und vielleicht nicht nur den Magen, ſondern auch das winterliche Gemüt in freundliche Stimmung verſetzen. Der Einſchlag der Peterſilienwurzeln geſchieht auf dieſelbe Art, reihenweiſe, wie es Skizze 7 für Zichorienwurzeln zeigt. Nur unterbleibt die Bedeckung des Einſchlages, die Herzblätter ſehen alſo heraus.

Sowohl für die Aufbewahrung für Gemüſe als auch Obſt gibt es ſo viel Möglichkeiten, daß mit etwas Erfindergabe und gutem Willen der Hausfrau oft eine Löſung gefunden werden kann, auch in Fällen, die auf den erſten Blick denkbar ungünſtig erſcheinen. Freilich iſt wohl zu erwägen, ob Zeitaufwand und Mühe ſich lohnen und ob das Reſultat befriedigend iſt.

Die Aufbewahrung der Kartoffeln

Gleichviel, ob die Kartoffel aus eigener Ernte ſtammt oder als Vorrat für den Winter gekauft wurde, iſt ſie als lebendes Pflanzenorgan ſo zu behandeln, daß ſie ſich bis zum Juli als ſchmackhaftes Nahrungsmittel hält. Um Verſtändnis für die richtige Pflege und Aufbewahrung der Kartoffel zu bekommen, ſoll kurz auf die Lebensbedingungen derſelben eingegangen werden. Die Kartoffel iſt ein lebender Pflanzenteil, eine Knolle. Sie kann durch Druck oder Stoß Schaden nehmen, ſie kann faulen, ſchrumpfen, keimen; ſie atmet und bildet daher Zerfallsprodukte. Da uns die Kartoffel als Speiſekartoffel erhalten bleiben ſoll, iſt es notwendig, ihr nur die dazu nötigen Lebensbedingungen zu geben und ihr diejenigen, die ihr das Keimen begünſtigen, zu entziehen. Sie braucht Luft zum Atmen und Temperaturen zwiſchen + 2 bis 6 Grad Celſius, alſo einen luftigen und froſtfreien Raum. Die Temperatur darf nicht höher als angegeben ſein, da ſie ſonſt die Lebensenergien in der Kartoffel erhöhen, die Stärke ſich in Zucker umbildet und Eiweiß ſich in für den Keimling aufnehmbare Form verwandelt. Die Kartoffel wird raſch zu keimen beginnen. Die Keimung wird durch den Hinzutritt von Licht noch beſchleunigt. Es iſt deshalb notwendig, den Kartoffelkeller mit einem roten Vorhang zu verdunkeln. Leichter Froſt bewirkt ein Süßwerden der Kartoffel, das eine verminderte Haltbarkeit zur Folge hat. Um den ſüßen Geſchmack der Kartoffel zu entfernen, iſt es ratſam, ſie einige Stunden vor Gebrauch in einem warmen Raum zu ſtellen. Die durch den Froſt unterbundenen Lebensvorgänge ſetzen wieder ein, der Zucker kann abgebaut werden. Durch ſtarken Froſt beſchädigte Kartoffeln ſind jedoch unbrauchbar, ſie faulen in kurzer Zeit.

Hat ſich die Hausfrau einmal Verſtändnis für die Anſprüche der Kartoffeln angeeignet, ſo muß ſie weiter erwägen:

1. Ob ihr ein paſſender Lagerraum zur Verfügung ſteht?
2. Ob ſich die Anſchaffung eines größeren Vorrates für ihren Haushalt rentiert?
3. Welche Kartoffeln ſich zur längeren Vorratshaltung eignen?
4. Wie die Kartoffelvorräte gepflegt werden.

Der Kartoffelkeller muß, wie ſchon erwähnt, kühl, froſtfrei, gut lüftbar und trocken ſein, jedoch nicht zu trocken. Letzteres iſt oft eine Folge des Zementbodens oder ſtarker Erwärmung durch die naheliegenden Röhren der Zentralheizung. Der beſte Boden iſt Naturboden aus geſtampftem Lehm. Jährlich einmal müſſen die Wände des Kartoffelkellers mit Kalkmilch getüncht und der gut geſäuberte Boden damit geſpritzt werden. Iſt ein Raum mit den bezeichneten Eigenſchaften nicht vorhanden, ſo entſtehen ſo große Lagerverluſte, daß die Hausfrau beſſer tut, die Kartoffeln in Wochenrationen zu kaufen.

Die Hausfrau muß ſich außerdem über die Menge der anzuſchaffenden Kartoffeln klar werden. Dieſe richtet ſich nach Perſonenzahl und nach dem Verbrauch, der ſehr verſchieden ſein kann. In manchen Gegenden Deutſchlands bilden die Kartoffeln das Hauptnahrungsmittel, während in anderen Gegenden die Mehlkoſt bevorzugt wird. Es kommt natürlich auch noch darauf an, wie lange die Kartoffeln reichen ſollen, ob man ſchon Frühkartoffeln kaufen will oder ob erſt die billigen Spätkartoffeln in Betracht kommen. Im Durchſchnitt rechnet man zum Einlagern 2 Zentner Kartoffeln pro Kopf der Familie.

Noch eine Frage iſt zu erwähnen: Iſt das Lagern der Kartoffeln für die Hausfrau überhaupt wirtſchaftlich? Vom praktiſchen Standpunkt iſt die Frage unbedingt mit ja zu beantworten, denn ein Nahrungsmittel, das man täglich verwendet, ſoll man auch ſchnell zur Hand haben. Vom geldwirtſchaftlichen Standpunkt aus muß die Frage verſchieden beantwortet werden. In manchen Jahren iſt der Preisunterſchied der Kartoffeln zwiſchen Herbſt und Frühjahr ein beträchtlicher; obwohl noch 5 bis 10 Prozent Lagerverluſte in Anrechnung zu bringen ſind, iſt die Vorratsbeſchaffung hier rentabel. In Jahren mit beſonders großen Kartoffelernten und übergroßen Vorräten ſind die Kartoffelpreiſe im Frühjahr ſehr nieder; die Hausfrau hätte durch Einlagern keine oder nur geringe Vorteile.

Zur Aufbewahrung eignen ſich am beſten feſtſchalige, gut ausgereifte, gleich große Knollen. Die Reife iſt an den gut ausgebildeten Augen zu erkennen. Die feſte Schale ſchützt die Kartoffeln vor Saftverluſt, verhütet alſo ein vorzeitiges Schrumpfen. Die gleiche Größe ergibt beim Kochen gleiche Garzeit.

Die ſpeckige oder mehlige Beſchaffenheit der garen Kartoffeln iſt bei rohen Knollen nicht erkenntbar, denn dieſe Erſcheinung iſt eine Folge der Einwirkung von Witterung und Klima in der Wachstumszeit. Es gibt allerdings Sorten von beſonders ſpeckiger Beſchaffenheit, wie Mäuschen und Hörnchenkartoffeln; ſie ſind aber für den alltäglichen Verbrauch zu teuer, aber beſonders geeignet für Salate.

Der Kartoffelvorrat ſoll in Säcken in den Keller getragen werden; ihn mittels Rutſchen durch das Kellerfenſter in den Kartoffelkeller zu bringen, iſt unzweckmäßig. Der Vorteil der Zeiterſparnis geht durch mangelnde Haltbarkeit wieder verloren. Es iſt ratſam, den Kartoffelvorrat zum vollſtändigen Abtrocknen im Keller auszubreiten. Auf jeden Fall ſollen die Knollen nicht in Säcken bleiben. Je nach Größe des Vorrats bedeckt man Boden und Wände einer Kellerecke mit Lattenroſten und ſchüttet die Kartoffeln etwa 50 Zentimeter hoch auf, wodurch von allen Seiten Luft hinzutreten kann. Der Lattenroſt des Bodens ſoll ziemlich enge Zwiſchenräume haben, damit nicht kleine Kartoffeln dazwiſchen fallen und faulen können. — Lattenroſte ſind beſonders empfehlenswert auf Betonböden, die den Kartoffeln zu viel Feuchtigkeit nehmen, ſind aber auch für zu feuchte Böden zweckmäßig. Der Kellerfeuchtigkeit wird ferner durch Einſtreuen von Kalk oder Torfmull zwiſchen die Kartoffeln abgeholfen. Die Einſtreumittel ziehen die Feuchtigkeit an, wirken desinfizierend, aber keineswegs geſundheitsſchädlich. Für kleinere Vorräte eignet ſich eine Lattenkiſte mit ſchrägem Boden und einem Schieber, der unten an der Vorderſeite angebracht iſt und durch welchen die Kartoffeln entnommen und beim Nachrollen gleichzeitig durchlüftet werden.

Die Pflege des Vorrates beſteht in der Lüftung des Kellers, in der Beaufſichtigung der Temperatur und im Ausleſen der faulenden Kartoffeln. In jedem Kartoffelkeller muß ein Thermometer hängen. Bei zunehmenden Außentemperaturen muß nachts gelüftet werden. Es iſt unvorteilhaft, die Kartoffeln oft umzuſchaufeln, da ſie dadurch leicht beſchädigt werden. Muß man einen größeren Vorrat durchſehen, was im Februar meiſt der Fall iſt, ſo ſchaufle man denſelben mit Holzſchaufeln oder Kartoffelgabeln, die zum Schutz gegen Beſchädigung der Knollen an den Zinken kugelige Enden haben, durch und leſe alle faulen Kartoffeln aus. Im Mai-Juni keimen naturgemäß alle Kartoffeln, auch im verdunkelten Keller. Beim Abkeimen der Kartoffeln entſtehen Wundſtellen, die das Faulen der Kartoffeln herbeiführen. Die Keime ſollen deshalb erſt, ſamt dem keimenden Auge, bei Verwendung der Kartoffeln entfernt werden.

Das Steriliſieren von Fleiſch in Gläſern

(In Doſen. Eindoſen, Hausſchlachten ſiehe Inhaltsverzeichnis). Fleiſchkonſerven ſind nach dem Einfüllen ſofort zu ſteriliſieren.

Steriliſieren für 1 bis 1½ Liter-Gläſer: Gekochtes, gebratenes und gedünſtetes Fleiſch ſteriliſiert man immer bei 100 Grad 60 Minuten; Wurſtmaſſe bei 98 Grad 120 Minuten. Bei 2-LiterGläſern erhöhen ſich die Steriliſierzeiten um ¼ Stunde, alſo bei 100 Grad 75 Minuten bzw. 98 Grad 135 Minuten. Fleiſchkonſerven in Gläſern müſſen nach 3 Tagen nachſteriliſiert werden, jedoch nur halb ſo lange wie das erſtemal.

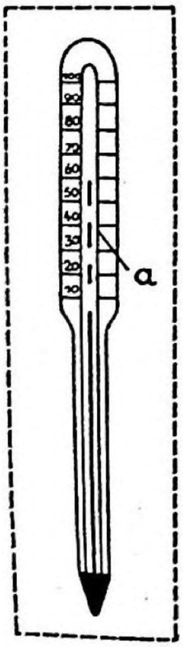
Zum Steriliſieren in Gläſern eignet ſich rohes Fleiſch vom Schwein (Schweinslendchen) beſonders gut, das auch vorher gepöckelt und geräuchert ſein kann oder halbgar zubereitetes Fleiſch vom Schwein, Rind, Wild und zahmen Geflügel.

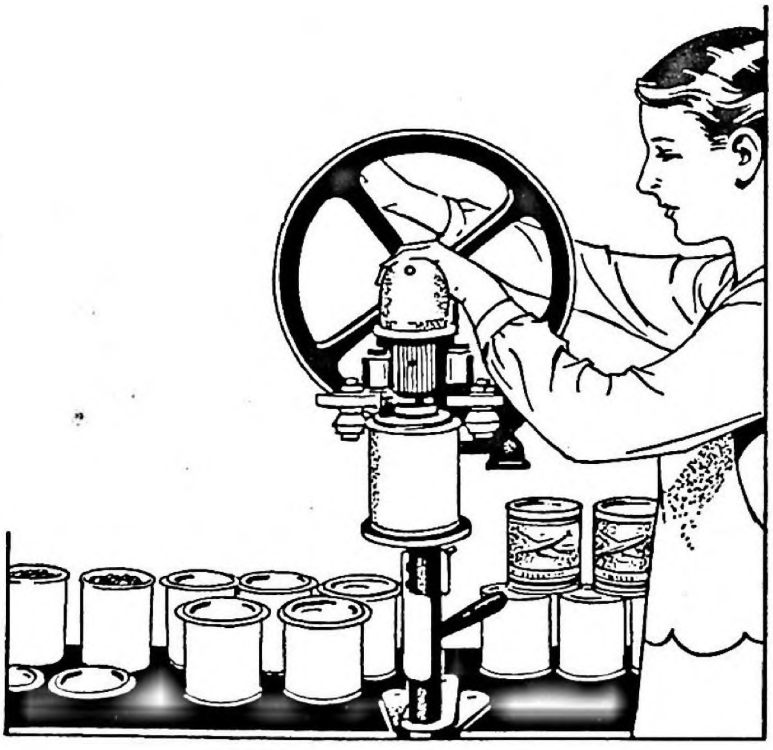
Rohfleiſch in Gläſern übergießt man vorteilhaft mit zerlaſſenem Fett, bis es bedeckt iſt. Die Haltbarkeit wird dadurch begünſtigt. Gut geeignet iſt Fleiſch in Form von Gulaſch, Braten, von Fleiſchrollen und von Schnitzeln.

Das Eindoſen im beſonderen.

Das Eindoſen = ſteriliſieren in Weißblechbüchſen iſt ſchon ein altbekanntes Verfahren. Früher brachte man die gefüllten Doſen zum Spengler (Klempner) zum Verlöten. Zum neuzeitlichen Eindoſen braucht man eine Doſenverſchlußmaſchine, die ſowohl zum Verſchließen der Büchſen als auch zum Abſchneiden = Abbördeln dient. Die Doſe verliert dadurch bei jeder Benützung zirka 1 Zentimeter an Länge, iſt alſo je nach Größe vier- bis achtmal benützbar.

Das Doſenverfahren iſt heute im Guts- und Bauernhaushalt ſchon viel verbreitet. Es trägt zur Ernährung aus eigenen Erzeugniſſen, die auf lange Zeit haltbar gemacht werden können, weſentlich bei. Die Doſenverſchlußmaſchinen werden von mehreren Firmen in verſchiedenen Größen geliefert.





Vorteile des Eindoſens. Doſen ſind unempfindlich gegen Bruch, daher für größere Betriebe beſonders empfehlenswert. Doſen ſind billiger in der Anſchaffung als Gläſer, natürlich muß man berechnen, daß ſie ſich allmählich durch das Abſchneiden aufbrauchen. Doſen halten das Licht vom konſervierten Gut ab, ſind deshalb beſonders geeignet für Gemüſe- und Fleiſchvorräte. Man kann auch viele Doſen auf einmal in einem Topf oder Waſchkeſſel ſteriliſieren (30 bis 40 Stück). Das bedeutet eine große Zeit- und Gelderſparnis.

Doſenvorräte ſind bequem zum Verſand, als Proviant für Touren und für Erntearbeiter.

Wer Doſenkonſervierung betreibt, verſchaffe ſich, um Fehler zu vermeiden, die nötige Literatur, die ausgezeichnete Aufklärung gibt.

Beſondere Winke zum Eindoſen.

Doſeneinkauf. — Es gibt Normalmaße, die jede Doſenfabrik führt. Es iſt aber trotzdem dringend zu raten, die Doſen bei der Firma einzukaufen, von der man den Apparat bezog, da jede Doſenfirma eine andere Blechſtärke verwendet. Weißblechdoſen verwendet man zu Fleiſch und Gemüſen; innen goldlackierte Doſen zu Früchten und allen Vorräten mit Eſſig- und Zitronenſaftzuſätzen. Für das Eindoſen von Obſt und Gemüſe gelten in bezug auf Zubereitung die gleichen Vorſchriften wie zum Steriliſieren in Gläſern.

Als Sondervorſchriften gelten: Die Doſen ſind randvoll zu füllen und ſehr feſt zu packen (mit Ausnahme von Erbſenkonſerven). Die Aufgußflüſſigkeit wird immer erſt kurz vor dem Zuſchließen randvoll eingefüllt. Beim Steriliſieren iſt zu achten, daß die Doſen in kaltem Waſſer zugeſetzt und bis zum Kochpunkt geſchloſſen, dann aber zwecks beſſerer Beobachtungsmöglichkeit offen gekocht werden. Die Doſen müſſen ſtets ſprudelnd kochen und müſſen immer vollkommen mit Waſſer bedeckt ſein. Die Kochtemperatur iſt für alle Vorräte gleich und iſt erreicht, wenn das Waſſer zu wallen anfängt. Gurkenkonſerven dürfen nur auf 75 bis 80 Grad erhitzt werden. Kochzeit richtet ſich nach der Größe der Doſen. Tabelle ſiehe Inhaltsverzeichnis.

Nach dem Kochen müſſen die Doſen ſofort aus dem Waſſerbad genommen und auf einen Steinboden geſtellt oder unter fließendem Waſſer gekühlt werden. Bei Wurſt- und Preßſackkonſerven ſollen die Doſen während der Abkühlung bewegt werden, damit ſich das Fett gleichmäßig verteilt und der Inhalt nicht durch Abſetzen des Fettes an der Oberſeite der Doſe trocken wird. Etwaiger Kalküberzug der Doſen ſoll ſofort nach dem Kochen mit Eſſigwaſſer abgewaſchen werden.

Um Doſen lange benützen zu können, iſt das Öffnen mit zweckmäßigem Doſenöffner notwendig. Die Öffner „Sieger" und „Propeller" haben ſich beſtens bewährt. Beim Öffnen der Doſen muß man darauf achten, daß man die Bodenſeite entfernt, ſo daß der neue Deckel bei der nächſten Verwendung den neuen Boden ergibt. Das iſt ſehr wichtig, weil der Boden ſehr leicht Roſtſtellen bekommt.

Das Eindoſen iſt aber nur rentabel, wenn richtige Doſenpflege betrieben wird. Nach der Entleerung müſſen die Doſen in heißem Sodawaſſer gründlich geſpült, heiß nachgeſpült und gut getrocknet werden, aber nicht am Herd, da die Lötnaht aufgehen könnte. Man fette ſie am beſten mit Salatöl, einem ſäurefreien Fett ein und bewahrt ſie trocken auf. Ungepflegte Doſen verroſten und ſind unbrauchbar. Die Doſen müſſen vor jeder Verwendung ausgekocht werden, um den Fettſchutz vollkommen zu entfernen, der den neuen Vorräten einen ranzigen Geſchmack geben könnte. Wenn eine größere Menge entleerter Doſen vorhanden iſt, bördelt man ſie zur Wiederverwendung ab.

Steriliſiertabelle für Doſenkonſerven.

Doſengröße	Fleiſch		Gemüſe		Obſt	
	Fleiſch Rohware	Fleiſch u. Wurſt Fertig-Ware	nur vorbehandelt	fertig gekocht	roh	gekocht
	Minuten					
1 Kilo	90—120	90—100	60—100	10—15	20—25	10—25
1½ Kilo	120—150	120—150	80—110	15—20	25—30	12—20
2 Kilo	150—170	150—180	100—120	18—25	30—35	15—25

Da das Hausſchlachten ſehr gute Doſenkonſerven und auch ſonſtige Dauervorräte ergibt, ſoll im nächſten Kapitel gleich davon die Rede ſein.

Das Hausſchlachten

Die Verwendung des Schweines zur Vorratsbereitung kommt wohl nur für die Landfrau, für die Siedlerin, für die Frau, die ein Eigenheim mit Kleintierhaltung beſitzt, in Betracht. Die Gutsfrau aber muß auch Beſcheid wiſſen, wie das Rind am beſten zur Vorratsbereitung genützt wird. Hier ſoll jedoch nur die Verwertung des Schweines als die am meiſten in Betracht kommende Art beſchrieben werden.

Das Schwein verliert am Lebendgewicht nur 12 bis 15 Prozent. Man bezeichnet das Gewicht des Schweines, abzüglich der unbrauchbaren Teile, als Schlachtgewicht. Die Produkte der Hausſchlachtung ergeben, richtig bereitet, wertvolle Dauervorräte. Je nachdem die Hausfrau mehr fette Produkte wie fettes Fleiſch, Speck, Dauerwürſte haben will, läßt ſie das Schwein bei einer Maſtzeit von 1 Jahr 150 bis 200 Kilo ſchwer werden, will ſie jedoch vor allem Fleiſch, beträgt die Maſtzeit 8 bis 9 Monate, das Gewicht 75 bis 100 Kilo. Dauerwürſte dürfen nur in der kalten Jahreszeit hergeſtellt werden.

Jedes Land hat ſeine typiſche Art, das Tier auszuwerten. Pommern liebt als Geſchmackszutat Zucker zu den Würſten, Weſtfalen ſtreckt einfache Würſte mit Grütze und Kartoffeln.

Es ſoll hier nur die bayeriſche Hausſchlächterei in ihren Grundlagen beſchrieben werden.

Das Töten des Tieres, das Brühen, um die Borſten zu entfernen, das Vorreinigen der Därme und das Teilen des Schweines in Hälften wird immer Metzgerarbeit ſein.

Die Fleiſchbeſchau iſt auch bei der Hausſchlachtung Geſetz und aus Geſundheitsrückſichten dringend zu raten.

Das Schwein kann im Winter, da es ſchnell kühlt, ſchon am Tag nach dem Schlachten verarbeitet werden, nie aber ſoll die Verarbeitung ſpäter als 2 Tage nachher geſchehen. Wer noch nie ein Schwein ſelbſt verarbeitet hat, alſo Anfänger auf dieſem Gebiete iſt, tut am beſten, das erſtemal dieſe Arbeit dem Metzger zu überlaſſen, dabei aufmerkſam mitzuhelfen, um erſt einmal die verſchiedenen Techniken zu erlernen. Die Kunſt der Hausſchlachtung beſteht darin, das Tier ſo gut als möglich auszuwerten und die Produkte richtig zu würzen. Auch auf tadelloſes Stopfen und ſorgfältiges Garmachen der Würſte kommt es an.

Ausſchlaggebend für Geſchmack und Haltbarkeit der Produckte iſt auch ſorgfältiges Überwachen des Pöckelgutes, des Räucherns, der Aufbewahrung.

An Geräten und Einrichtungen zum Hausſchlachten ſind nötig: Eine Fleiſchmaſchine, Wurſtſtopfrohre zum Anſchrauben an dieſe oder eine eigene Wurſtſtopfmaſchine, die noch zweckmäßiger iſt, ein einfacher Wurſttrichter zum Einfüllen weicher Wurſtmaſſen; zum Verarbeiten des Wurſtgutes braucht man: ovale Wurſttröge, ſogenannte Mulden, ein Pökelfaß, am beſten oval und aus Eichenholz mit eingepaßten Brettern zum Beſchweren.

Zum Räuchern kann man den gewöhnlichen Kamin verwenden. Das Fleiſch wird weit nach oben gehängt, damit es keinen warmen Rauch bekommt. Die im Kamin geräucherten Produkte ſind leicht zu dunkel und trocken. Viel beſſer iſt deshalb eine in den Kamin eingebaute Räucherkammer, in welche man durch Öffnen eines Schiebers beliebig viel Rauch einlaſſen kann, oder ein Räucherſchrank, wie ihn der Handel anbietet.

Die Verwertung des Schweines

richtet ſich nach den Bedürfniſſen des Haushaltes. Es muß vorher gut überlegt werden, ob der Haushalt mehr Pökel- und Räucherwaren oder mehr Fertiggerichte in Doſen braucht oder ob er mehr Bedarf an Wurſtwaren hat. Eingedoſtes Fleiſch und fertige Gerichte in Doſen ſind wegen ihrer einfachen Verwendbarkeit für Sonntage und für ſtark belaſtete Arbeitstage beſonders beliebt.

Die Zerlegung des Schweines erfolgt, wenn man ſich klar darüber geworden iſt, welche Produkte man herſtellen will. Im allgemeinen verwendet man die Teile folgendermaßen:

Der Kopf wird zur Hälfte in den Wellkeſſel und zur Hälfte in den Sulzkeſſel gegeben. Die eine Hälfte wird zu einfacher Leberwurſt, die andere Hälfte zu Sulz- und Blutpreßſack verwendet. Werden wenige Friſchwürſte gebraucht, ſo kocht man den Kopf im Kraut und verwendet ihn ſofort.

Das Hals- und Kammſtück iſt geeignet zu feiner Leberwurſt, zum Pökeln, beſonders aber als Friſchfleiſch zum Braten.

Die Rückenteile. Koteletten- und Filetgrat werden friſch zu Schweinskoteletten und zum Braten, gepökelt und geräuchert zu Kaſſeler Rippenſpeer, ausgelöſt zu Lachsſchinken verwendet.

Filet iſt beſonders geeignet zur Friſchverwendung, zum Pökeln und Räuchern in Form von Lachsſchinken, zum Steriliſieren.

Der Rückenſpeck wird vom Filet- und Kotelettengrat in großen Stücken abgetrennt, gepökelt und geräuchert. Er kann auch zu Schmalz ausgelaſſen werden, zum Teil wird er zu feiner Leber-, Mett- und Schlackwurſt verwendet.

Die Schlegel dienen zur Herſtellung von Schinken. Der Oberſchenkelknochen wird dazu am beſten ganz ausgelöſt. Das Fleiſch wird dann gepökelt und geräuchert. Auch zu Mett-, Zervelat- und Schlackwurſt finden die Schlegel Verwendung.

Die Vorderſchlegel (Bug) ſind zur Herſtellung von Rollſchinken geeignet. Auch hierzu werden zuerſt alle Knochen ausgelöſt. Nach dem Pökeln wird das Fleiſch ſehr feſt gerollt, umſchnürt und geräuchert. Die Vorderſchlegel werden auch zu Brat- und allen Dauerwürſten verwendet. Bug ergibt beſtes Bratſtück.

Die Schweinshaxen ſind zum Pökeln und Räuchern oder zur Friſchverwertung, im Kraut gekocht, geeignet.

Die Schweinsfüße kommen am beſten in den Sulzkeſſel, um zu Sulz- und Blutpreßſack Verwendung zu finden.

Die Wamme (= Bauchteile) und die Bruſtſtücke eignen ſich zum Pökeln und Räuchern, zum Eindoſen als gekochtes Fleiſch, zu einfacher Leberwurſt oder zur Friſchverwendung in Sauerkraut gekocht.

Alle kleinen Fleiſch-, Speckteile und Schwarten ſowie alle Fleiſchabfälle, die ſich beim Teilen und Zurechtſchneiden der Stücke ergeben, kommen in den Wellkeſſel und werden zu einfacher Leberwurſt und zu Preßſack verwendet.

Speckabfälle nimmt man zu Mettwurſt, zu Blut- und Speckwurſt, zum Auslaſſen; alle Schwarten und alle Knochen kommen in den Sulzkeſſel.

An Eingeweiden verwendet man:

Die Zunge, die friſch oder gepökelt im ganzen in den Blutpreßſack gegeben wird oder in kleinen Würfeln in die Speckwurſt. Auch zur Friſchverwertung iſt Zunge beliebt.

Das Gehirn wird am beſten friſch verwendet.

Die Leber iſt notwendig zur Herſtellung der einfachen und feinen Leberwurſt; will man beide Arten in größeren Mengen bereiten, maß man eine Schweinsleber dazu kaufen.

Die Lunge, das Herz, die Milz und das Gekröſe kommen in den Wellkeſſel und werden zu einfacher Leberwurſt verwendet.

Die Nieren ergeben ein ſchmackhaftes Friſchgericht.

Das Fett iſt je nach Art verſchieden zu verwerten: das Nieren- oder Fließenfett braucht man zur feinen Streichleberwurſt, oder man läßt es zu Schmalz aus. Das Darmfett wird nach gründlichem Wäſſern und Entfernen der drüſigen Teile zu Schmalz geſondert ausgelaſſen und muß raſch verbraucht werden. Das Abſchöpffett von Well-, Sulz- und Wurſtkeſſel eignet ſich zu Kartoffelgerichten; es muß bald verwendet werden, da es nicht lange haltbar iſt.

Die Grieben nimmt man zu Kartoffelgerichten und beſonders zu Griebenſpeiſen.

Die Wurſtbrühe ſoll bald verbraucht werden, da ſie ſehr ſchnell ſauer wird.

Vorbereitungsarbeiten zum Schlachttag

Der Waſchkeſſel, der zum Wellfleiſch- und Würſtekochen verwendet wird, muß tadellos gereinigt werden. Man kann an Stelle des Waſchkeſſels aber auch einen großen Topf nehmen. Als Sulzkeſſel muß ferner ein weiter, großer Topf bereit geſtellt werden.

Das Pökelfaß muß mit heißem Sodawaſſer tüchtig ausgebürſtet und einige Tage eingeweicht werden, um zu prüfen, ob es dicht iſt. Es iſt zu empfehlen, das Faß auszuſchwefeln und es nachher nochmals heiß zu ſpülen. Am Schlachttag braucht man gut geſchliffene Meſſer. Auch die Einſatzmeſſer der Fleiſchmaſchine ſind, wenn nötig, ſamt den Lochſcheiben zu ſchleifen.

Zum Binden der Würſte muß man kräftigen Bindfaden auf Spulen oder kleine Brettchen wickeln.

Das Ochſenfleiſch, das man zu den Dauerwürſten braucht, muß zugekauft und nach Rezept vorbereitet werden.

Die Därme des Schweines müſſen nochmal gereinigt werden. Je nach den Produkten, die man herſtellen will, ſind folgende Därme notwendig:

Vom Schwein: die Dünndärme zur einfachen Leberwurſt, die Dickdärme zur Blutwurſt, den Bodendarm und Magen zu Preßſack, die Blaſe zum Umhüllen des Lachsſchinkens. Die das Nierenfett umgebende Haut kann man zum Einfüllen von Mettwurſt gebrauchen, nachdem man die Haut gut gewäſſert und Därme daraus genäht hat. Die Fettſeite muß nach innen genommen werden.

Vom Rind: die Kranzdärme zu Mett-, Speck-, feiner Leber- und Schlackwurſt; die Schlunddärme (Speiſeröhre) zu Zervelatwurſt.

Außerdem geſchlitzte Schweins- und Hammeldärme zu dicken, bzw. dünnen Bratwürſten.

Die gute Reinigung der Därme iſt für die Haltbarkeit der Würſte von großer Bedeutung. Die Därme müſſen innen und außen mit Salz abgerieben und in nicht zu kaltes, aber auch nicht zu heißes Waſſer, das man öfters erneuert, gelegt werden. Beim Abreiben muß man ſehr vorſichtig ſein, damit die Därme nicht verletzt und durchläſſig werden.

Bei üblem Geruch der Därme iſt es ratſam, ſie einige Stunden in Salbeitee oder in eine Löſung von übermanganſaurem Kali zu legen. Um die Därme zur Reinigung der Innenſeite wenden zu können, ſtülpt man das Darmende um und läßt den Waſſerſtrahl auf den umgeſtülpten Teil fließen, ſo daß ſich der Darm von ſelbſt nachzieht und wendet. Der Magen und die Blaſe werden ebenfalls innen und außen gründlich geſäubert.

Gekaufte, geſalzene Därme, die ja ſchon vollkommen rein ſind, dürfen nicht ſchon am Vortag, ſondern erſt 1 Stunde vor der Verwendung in lauwarmes Waſſer gelegt werden. Man kann auch Kunſtdärme aus Cellophan, die ſich gut bewährt haben, verwenden.

Sollten Därme beim Schlachten übrig bleiben, ſtreift man das Waſſer gut heraus, ſalzt ſie in einem Tontopf ein und bewahrt ſie kühl auf. Die Rinderkranzdärme für Mettwurſt, Speckwurſt, feine Leberwurſt uſw. ſchneidet man nach der Reinigung in die gewünſchte Länge und bindet ſie an einem Ende zu.

An Gewürzen braucht man: Salz, Pfeffer, Piment, weiße Pfefferkörner, Majoran, der zur Erhöhung ſeines Geſchmackes am Vortag leicht angeröſtet und in eine gut verſchließbare Blechdoſe geſiebt wird, Knoblauch nach Geſchmack, Zwiebeln, Wurzelwerk, Eſſig.

An Konſervierungsmitteln benötigt man außer Salz auch Salpeter und Konſervenſalz, die dazu dienen, dem Fleiſch die rote Farbe zu erhalten. Salpeter iſt ſchärfer als Konſervenſalz, er darf daher den Produkten nur in kleinen Mengen zugeſetzt werden. Kandiszucker verhütet, daß das Fleiſch durch die Konſervierungsmittel hart wird.

Das Aufſtellen des Wellkeſſels gehört weiterhin zu den Arbeiten, die am Vortag ausgeführt werden müſſen. Es werden in dieſem alle Zutaten, die zu den Kochwürſten gehören, zugeſetzt. Das Waſſer wird geſalzen, zum Kochen gebracht, die Fleiſchabfälle, die Lunge, das Herz, das Gekröſe, die Milz, ½ Kopf, blutige Fleiſchſtücke vom Stich, ein Stück guten Fleiſches für die feine Leberwurſt, ferner Fleiſch zur Verbeſſerung des Sulz- und Blutpreßſacks zugeſetzt und ſo lange gekocht, bis alle Teile weich ſind. Dann wird alles aus dem Wellkeſſel genommen, zum Erkalten in große Schüſſeln gelegt und am nächſten Tag zu den verſchiedenen Würſten verarbeitet.

Das Aufſtellen des Sulzkeſſels für Sulz- und Blutpreßſack erfolgt gleichzeitig. In dieſem werden alle ausgelöſten Knochen, Schwarten, ½ Schweinskopf, die gehackten Schweins- und 2 Kalbsfüße mit Salz, Wurzelwerk und Zwiebeln kalt zugeſetzt. Der Inhalt des Sulzkeſſels wird gekocht, bis die Schwarten weich ſind, dann werden alle Zutaten mit der Sulzflüſſigkeit über Nacht kalt geſtellt. Am nächſten Morgen wird das Fett abgeſchöpft, der geſulzte Inhalt des Keſſels erwärmt und nach Vorſchrift zu Preßſack weiter verarbeitet.

Produkte, die aus dem Schwein hergeſtllt werden können:
Pökel- und Räucherwaren: Schinken, Rollſchinken, durchwachſenes Rauchfleiſch, Speck, Kaſſeler Rippenſpeer, Lachsſchinken, Haxen, Zunge.

Kochwürſte: Leber- und Blutwürſte, feine Streichleberwurſt (Frankfurter), Sulz- und Blutpreßſack, Bratwürſte, Speckwurſt.

Roh- oder Dauerwürſte: Zervelat-, Mett- und Schlackwurſt.

Doſen- und Glaskonſerven, Kochfleiſch, Pökel- und Räucherfleiſch, Gulaſch, Schnitzel, Schweinsfilet, Fleiſchrollen und Wurſtgut.

Fette: Nieren- oder Fließenfett, Rückenfett, das gepökelt und geräuchert Speck ergibt, Abſchöpffett, Darm- und Netzfett.

Das Pökeln. 6 Kilo Salz, 100 Gramm Salpeter, 200 Gramm Kandiszucker,
30 Liter Waſſer (für ein Schwein von 100 Kilo berechnet).

Wird von dem Schwein ſchon viel Fleiſch zu Dauerwürſten verbraucht, ſo verringern ſich die Mengen der Zutaten weſentlich. Es gibt eine trockene und eine naſſe Art, zu pökeln. In Bayern iſt die naſſe Art gebräuchlich. Dazu werden die angegebenen Zutaten aufgekocht, dann läßt man ſie erkalten, ſchneidet Fleiſch- und Speckſtücke glatt zu, ſchichtet ſie in das Pökelfaß eng ein, und zwar ſo, daß die großen Stücke mit der Schwartenſeite nach unten zu liegen kommen, dann wird die kalte Lake darüber gegoſſen. Die Flüſſigkeit muß das Fleiſch vollkommen bedecken; über das Ganze werden ein gebrühtes Tuch und ſaubere Bretter und Steine zum Beſchweren gelegt. Blutige Fleiſchſtücke dürfen nie in das Pökelfaß gegeben werden. Man muß während der Pökelzeit öfter nachſehen und beobachten, ob der Geruch der Pökellake rein und ob das Fleiſch ganz von Lake bedeckt iſt. Bei größeren Mengen müſſen die Fleiſchſtücke nach etwa 14 Tagen umgeſchichtet werden. Nach 3 bis 5 Wochen iſt die Pökelzeit beendet. Kleinere Stücke, wie Kaſſeler Rippenſpeer und Lachsſchinken, werden in einem eigenen Faß oder Steintopf gepökelt.

Lachsſchinken. Pökellake: ½ Kilo Salz, 3½ Liter Waſſer, 10 Gramm Salpeter,
20 Gramm Kandiszucker, Koteletten- und Filetgrat.

Fleiſch auslöſen, dünne Fettſchicht daran laſſen, für die andere Seite des Schinkens dünne Speckdecke aus Rückenſpeck zurecht ſchneiden. Beide Teile 6 bis 8 Tage pökeln, das Fleiſch mit Speckſchicht umhüllen, in Blaſe oder Schlunddarm geben, verſchnüren, zirka 3 Tage mit Unterbrechung räuchern.

Kaſſeler Rippenſpeer. Pökellake wie zu Lachsſchinken. Kotelettengrat.

Kotelettengrat 6 bis 8 Tage pökeln, gut abtrocknen, 2 Tage lang ſchwach überräuchern. Haltbarkeit je nach Jahreszeit 2 bis 6 Wochen. Es wird ſowohl gebraten, als auch gekocht zubereitet.

Das Räuchern

Das Pökelfleiſch wird nach dem Herausnehmen aus dem Faß mit Tüchern abgetrocknet. Dann läßt man es noch vor dem Räuchern 1 bis 2 Tage in einem kühlen fliegenfreien Raum hängen. Zum Räuchern darf nur Holz, am beſten Buchenholz, verwendet werden; Kohlen-, Koks- und Torfrauch ſind ungeeignet.

Im Räucherſchrank verwendet man Buchenſpäne, Sägemehl und Wacholderzweige. Das Feuer darf nicht hell brennen, nur glimmen, denn kommen die Produkte mit dem warmen Rauch in Berührung, ſo beginnt das Fett zu tropfen und es zeigt ſich bei der Verwendung der Produkte ein leicht ranziger Geſchmack. Fleiſch und Speck räuchert man am beſten vorerſt 1 Tag lang, ſetzt 1 Tag aus und ſorgt während dieſer Zeit für reichlichen Luftdurchzug. So fährt man je nach Größe der Stücke 10 bis 14 Tage lang fort zu räuchern. Man muß darauf achten, daß ſich die einzelnen Räucherwaren, wenn ſie eng hängen, nicht berühren, damit der Rauch von allen Seiten eindringen kann. Öfteres Umhängen im Räucherſchrank iſt ratſam. Läßt man in Ermangelung einer Räuchervorrichtung beim Metzger räuchern, ſo muß jedes Stück mit Anhängeſchild und Nummer verſehen ſein. Es iſt ausdrücklich gutes und langſames Räuchern zu verlangen, damit ſich das Fleiſch gut hält. Der Metzger ſtellt meiſt übliche Verkaufsprodukte, aber keine Dauerwaren her.

Allgemeine Regeln für Wurſtbereitung

Beim Würzen der Wurſtwaren iſt zu beachten, daß Kochwürſte beim Ziehen im Waſſer an Schärfe verlieren. Die Wurſtmaſſe muß deshalb vor dem Ziehen faſt überwürzt ſchmecken. Rohwürſte nehmen anderſeits durch Räuchern an Schärfe zu. Das Wurſtgut darf in dem Fall deshalb nicht zu ſtark gewürzt ſein.

Die Wurſtmaſſe darf bei Kochwürſten nicht zu feſt in die Därme gefüllt werden, damit die Därme beim Ziehen der Würſte nicht platzen.

Dauerwürſte hingegen müſſen ſehr feſt geſtopft werden; jegliche Lufträume ſind zu vermeiden. Es iſt ſogar bei Dauerwürſten ein Nachſtopfen und Nachbinden nach dem Räuchern nötig. Zeigen ſich an den Dauerwürſten beim Einfüllen, bzw. Nachſtopfen Luftblaſen, ſo kann man dieſe durch Einſtechen mit einer feinen Nadel entfernen = ſtupfen.

Kochwürſte dürfen nie kochen, ſondern nur in der Brühe, die beinahe den Siedepunkt erreicht hat, ziehen, da ſonſt die Därme platzen. Schwere Preßſäcke ſinken beim Kochen leicht zu Boden und liegen unten am Topf auf. Da dies ein Platzen des Preßſacks zur Folge haben könnte, iſt es zweckmäßig, ſie auf einem Tuch liegend in die Brühe zu hängen. Alle Kochwürſte werden nach dem Ziehen in kaltes Waſſer gelegt; die Würſte ſind dabei öfters zu wenden, damit ſich Fett- und Speckwürfel, bei Preßſack die Sulze, nicht oben abſetzen, ſondern gleichmäßig verteilen. Der Preßſack muß dann noch über Nacht beſchwert werden.

Rezepte zur Wurſtbereitung

Einfache Leberwurſt. Alle Fleiſchabfälle, ½ Schweinsleber, Gekröſe, Milz, Lunge, Herz, ½ Schweinskopf, Salz, Pfeffer, Majoran, Wellkeſſelbrühe, Schweinedünndärme.

Fleiſch und Eingeweide am Vortag im Wellkeſſel weich kochen, ſiehe Vorbereitungsarbeiten. Am Verarbeitungstag Leber brühen, Fleiſch von den Knochen löſen, alles in Stücke ſchneiden, 1 mal durch die Maſchine geben, mit heißer Brühe aus dem Wellkeſſel zu dicklichem Brei anrühren, mit Salz, Pfeffer und Majoran abſchmecken. Zum Räuchern und Eindoſen Maſſe ziemlich dick laſſen, zum Eindoſen weniger würzen. Zum Friſchverbrauch Leberwurſtmaſſe wegen Ergiebigkeit breiig halten. Wurſtmaſſe in Dünndärme einfüllen, in kleinen Ringen abbinden, in der heißen Wellkeſſelbrühe 10 bis 15 Minuten ziehen laſſen. Einfache Leberwurſt wird friſch zu Sauerkraut und Kartoffeln gegeſſen; geräuchert iſt ſie 8 bis 10 Tage haltbar und wird kalt verwendet. Die einfache Leberwurſt hält ſich im Winter etwa 3 bis 4 Monate eingedoſt, im Sommer weniger lang.

Blutwurſt. Die Hälfte der Schweineblutmenge, Wellkeſſelbrühe in gleicher, Speckwürfel in beliebiger Menge, 1 Eßlöffel Konſervenſalz, Salz, Pfeffer, Majoran, Piment, Schweinedickdärme.

Blut durch Sieb geben, fette, heiße, durchgeſeihte Wellkeſſelbrühe unter ſtändigem Rühren langſam mit Schneebeſen dazu ſchlagen. Rohen Speck in Würfel ſchneiden, in ein Sieb geben, in Wellkeſſelbrühe weich kochen, alles miſchen, würzen, in Därme einfüllen, Würſte abbinden, in abgeſeihter weißer Wellkeſſelbrühe ſo lange ziehen laſſen, bis beim Einſtechen in die Wurſt kein Blut mehr austritt (etwa 30 bis 45 Minuten).

Bratwurſt. Bug oder Schlegel, Salz, weißen Pfeffer, Majoran, geſchlitzte Schweinsdärme, bzw. Hammeldärme.

Fleiſch nach dem Schlachten noch warm durch die Maſchine unter Verwendung des groben Einſatzes geben, ſofort ſalzen, zum Auskühlen flach ausbreiten. Am Schlachttag ¾ des Fleiſches mit gleichem Einſatz durch die Maſchine geben, mit übriger Wurſtmaſſe miſchen, würzen. Für Bratwurſt Wurſtgut locker in Hammeldärme füllen, paarweiſe abdrehen, für geräucherte Bratwürſte Wurſtgut feſt in geſchlitzte Schweinedärme ſtopfen. Die Bratwürſte zur Friſchverwendung vor der Zubereitung in kalte Milch tauchen, von allen Seiten ſchön braun braten. Die Bratwürſte zum Räuchern 1 Tag trocknen, 2 Tage räuchern. Vor Verwendung in heißem Waſſer 15 bis 20 Minuten ziehen laſſen, warm mit Sauerkraut oder auch kalt zu Tiſch geben.

Sulzpreßſack (Blutpreßſack). Zutaten aus dem Sulzkeſſel, ſiehe Inhaltsverzeichnis, nach Belieben magere Fleiſchſtücke, Zunge, Salz, Pfeffer, Eſſig.

Fleiſch von Knochen ablöſen, mit dem Magerfleiſch, das für den Sulzpreßſack im Wellkeſſel weich gekocht wurde, in Scheiben, Schwarten in Streifen ſchneiden, Zunge häuten, ganz laſſen. Alle Zutaten miſchen, ſo viel geſeihte Sulzbrühe zugeben, bis die Maſſe eine gebundene Beſchaffenheit hat, beſonders ſcharf würzen, da durch das lange Kochen viel Schärfe verloren geht. Zu Blutpreßſack ſo viel Blut zugeben, bis Maſſe dunkelrote Farbe zeigt (Eſſigzugabe iſt hier zu unterlaſſen). Preßſackmaſſe in Magen oder Bodendarm füllen, in der heißen Brühe des Wellkeſſels 2½ Stunden, Blutpreßſack 3½ Stunden ziehen laſſen, zum Abkühlen in kaltes Waſſer legen, herausnehmen, über Nacht beſchweren, 2 bis 3 Tage räuchern.

Reſteſulze. Aus allen kleinen Abfällen des Sulzkeſſels und denen, die beim Ablöſen der Knochen anfallen, ferner aus den Kälber- und Schweinsfüßen Reſteſulze herſtellen.

Alle Abfälle durch Maſchine geben, mit Eſſig und Gewürzen gut abſchmecken, Sulzbrühe dazu geben, in Kaſtenformen oder Porzellanſchüſſel füllen, ſteifen laſſen. Vor der Verwendung ſtürzen, in Streifen ſchneiden, mit Zwiebelringen, Eſſig und Öl zu Sulzſalat anmachen. Die Sulze iſt zirka 4 bis 6 Tage haltbar.

Speckwurſt. 2 Liter Blut, 1½ Kilo Speckwürfel, ½ Kilo Schwarten, ¾ Kilo Fleiſch, 1 Eßlöffel Konſervenſalz, Salz, Pfeffer, Majoran, Piment, weite Rinderkranzdärme.

Blut ſeihen, Speckwürfel wie bei einfacher Blutwurſt vorbereiten, Schwarten durch Maſchine geben, Fleiſch in Würfel ſchneiden, alle Zutaten miſchen, gut würzen, in Därme füllen, ¾ bis 1 Stunde ziehen laſſen, in kaltes Waſſer legen, abtrocknen, 2 bis 3 Tage räuchern. Haltbarkeit im Winter 2 bis 3 Monate.

Feine Streichleberwurſt. ½ Schweinsleber, ¼ bis ½ Kilo durchwachſenes Schweinefleiſch, ungefähr 1¼ Kilo Fließenfett (wenn Fließenfett nicht reicht, kann Rückenſpeck dazu genommen werden), weißer Pfeffer, Salz, Zwiebeln, Rinderkranzdärme.

Leber brühen, mit gekochtem Fleiſch 2mal durch Maſchine unter Verwendung einer ſehr feinen Lochſcheibe geben, Fließenfett häuten, durch Maſchine geben, mit reichlich Zwiebeln auslaſſen (nicht bräunen). So viel ausgelaſſenes Fett heiß unter die Wurſtmaſſe miſchen, als dieſe aufnimmt, gut abſchlagen. In weite Kranzdärme füllen, ¾ Stunden in Wellkeſſelbrühe ziehen laſſen, in kaltes Waſſer legen, abtrocknen laſſen, 1 bis 2 Tage räuchern. Die Wurſt kann durch Zugabe größerer Fleiſchmengen ausgiebiger gemacht werden.

Mettwurſt. 5 Kilo Schweinefleiſch vom Schlegel, ¾ Kilo Schweinenierenfett, ¾ Kilo Schweinerückenſpeck, 140 Gramm Salz, 8 Gramm Salpeter, 12 Gramm weißen Pfeffer, weite Rinderkranzdärme.

Fleiſch und Fett 2mal durch Maſchine unter Verwendung einer groben, dann einer feinen Lochſcheibe geben, würzen, 1 Stunde verarbeiten, d. h. Wurſtmaſſe auf Tiſch oder in Wurſtmulde mit Handballen gut verreiben, bis Maſſe gleichmäßig hell iſt und eine ſchaumige Beſchaffenheit hat, ſehr feſt in Därme füllen, abtrocknen laſſen, räuchern, bis Mettwurſt richtige Farbe hat (zirka 2 Tage).

Zervelatwurſt. 7 Kilo Schweinefleiſch vom Schlegel oder Bug, 2½ Kilo ſehnenfreies Maſtochſenfleiſch, 2½ Kilo Schweinenierenfett, 10 Gramm Salpeter, 400 Gramm Salz, 40 Gramm gemahlenen weißen Pfeffer, 1 Eßlöffel Zucker, 1 Eßlöffel weiße Pfefferkörner, 1/10 Liter ſehr guten Rum, Schlunddärme.

Fleiſch und Fett am Tag vorher in Stücke ſchneiden, ausbreiten (Nierenfett enthäuten), Ochſenfleiſch 1 mal durch die Maſchine geben unter Verwendung einer ganz feinen Lochſcheibe, dann mit dem in Stücke geſchnittenen Schweinefleiſch vermengen und nun alles Fleiſch und Fett durch die Maſchine unter Verwendung einer gröberen Scheibe geben, würzen, alles miſchen, ſehr feſt in vorbereitete Schlunddärme füllen, zubinden, 3 bis 4 Tage an der Luft trocknen, 2 Tage leicht räuchern (ſehr vorſichtig, da warmer Rauch die Haltbarkeit und den Geſchmack der Wurſt beeinträchtigt). Die Wurſt iſt während des Räucherns und auch während der Lagerung nachzuſtopfen. Durch längere Aufbewahrung in kühlem, aber froſtfreiem Raum gewinnt die Zervelatwurſt ſehr an Geſchmack. Die Haltbarkeit beträgt ¾ Jahre.

Schlackwurſt. 1½ Kilo mageres Rindfleiſch, 2½ Kilo mageres Schweinefleiſch (beides vom Schlegel), 2 Kilo Speck, 10 Gramm Salpeter, 170 Gramm Salz, 16 Gramm geſtoßenen weißen Pfeffer, einige ganze weiße Pfefferkörner, Schlunddärme.

Fleiſch 2mal durch Maſchine geben unter Verwendung eines groben Einſatzes, mit Salpeter und den Gewürzen feſt durcharbeiten, ſorgfältig und feſt in die Därme ſtopfen, zubinden. Wurſt 3 bis 4 Tage trocknen, dann wie Zervelatwurſt räuchern.

Das Eindoſen der Erzeugniſſe der Hausſchlächterei

Zum Eindoſen eignet ſich: rohes, gepökeltes und geräuchertes Fleiſch, Wurſtgut, beſonders feine Streichleberwurſt — einfache Leberwurſt ſoll jedoch nur für 2 bis 3 Monate, und nicht in der warmen Jahreszeit eingedoſt werden. Halbgar zubereitetes Fleiſch entweder vorgekocht oder zu Schnitzel, Rollen, Gulaſch verarbeitet.

Allgemeine Regeln.

Beſondere Regeln für das Eindoſen von Fleiſch und Wurſt: Fleiſch und Wurſtgut iſt zum Eindoſen mild zu würzen, ſchwächer als das Wurſtgut, das in Därme gefüllt wird, da in den Doſen der Geſchmack der Gewürze vollkommen erhalten bleibt.

Die Doſen werden randvoll gefüllt. Das Wurſtgut ſoll möglichſt unter Vermeidung von Luftzwiſchenräumen eingefüllt werden.

Fleiſch muß ohne Knochen in Büchſen kommen. Die Aufgußflüſſigkeit bei Fleiſch muß die Büchſe randvoll füllen.

Die Kochzeit richtet ſich in erſter Linie nach der Größe der Doſen, außerdem nach dem Inhalt. Sie beträgt:

	Fleiſchrohware	Fleiſch u. Wurſt u. fertige Ware
für ½-Kilo-Doſen	45 bis 60 Min.	45 bis 50 Min.
für 1-Kilo-Doſen	90 bis 120 Min.	90 bis 100 Min.
für 1½-Kilo-Doſen	120 bis 150 Min.	120 bis 150 Min.
für 2-Kilo-Doſen	150 bis 170 Min.	150 bis 180 Min.

Eine Ausnahme bildet das Fleiſch von alten Tieren (Kuh, Eber, Sau). Man verlängert die vorgeſchriebene Kochzeit um ½ bis 1 Stunde.

Es folgen einige bewährte Sonderrezepte zum Eindoſen.

Eindoſen von Pökelfleiſch.

Kleinere Fleiſchſtücke nach 3 bis 4 Tagen Pökelzeit roh in Doſen füllen, abgekochtes kaltes Waſſer darauf geben, nach Vorſchrift kochen.

Eindoſen von rohem Schweinefleiſch.

Beſonders geeignet ſind Bruſt und Wamme. Knochen auslöſen, Fleiſch nach Doſengröße zuſchneiden, leicht ſalzen, feſt zuſammengerollt in Doſen packen, ſchwach geſalzenes, abgekochtes und wieder erkaltetes Waſſer randvoll einfüllen, nach Vorſchrift kochen. Bei Gebrauch Fleiſch nur kurz zur Erwärmung in den Krauttopf ſtecken. So zubereitet, ſchmeckt Doſenfleiſch wie friſches Fleiſch.

Eindoſen von Schinken.

Schinken nach dem Pökeln 1 Nacht in kaltes Waſſer legen, damit der Salzgeſchmack abnimmt. Vor dem Räuchern gut abtrocknen, kürzer räuchern als gewöhnlich, Knochen auslöſen, ohne Flüſſigkeit in Doſen packen, Doſen ſchließen, nach Vorſchrift kochen.

Eindoſen von halbgar zubereitetem Fleiſch, wie Gulaſch, Rollen, Schnitzel.

Die Gerichte können aus Kalb-, Rind- und Schweinefleiſch hergeſtellt werden. Bug- oder Schlegelfleiſch iſt dazu am beſten. Fleiſch waſchen, häuten, Knochen auslöſen.

Zur Aufgußflüſſigkeit Knochen mit Fett ſtark anbräunen, Wurzelwerk, wie Peterſilie, Gelbe Rüben, Sellerie und viel Zwiebeln zugeben, ebenfalls bräunen, mit kaltem Waſſer auffüllen, würzen, 1 bis 2 Stunden kochen.

Gulaſch. Fleiſch, Aufgußflüſſigkeit, Salz, Paprika nach Belieben.

Fleiſch in 6 bis 8 Zentimeter große Würfel ſchneiden, portionsweiſe in ſehr heißem Butterſchmalz in Eiſentopf raſch und ſtark anwärmen. Fertig gebräuntes Fleiſch in einen zweiten Topf geben, dann erſt ſalzen (wird das Fleiſch vor der Zubereitung geſalzen, tritt Saft aus und das Fleiſch bräunt ſchlecht). Iſt alles Fleiſch angebraten, in das Fett reichlich Zwiebeln geben, ſtark bräunen, die Fleiſchwürfel wieder zugeben, Aufgußflüſſigkeit abſeihen, über gebräuntes Gulaſch geben, einmal aufkochen laſſen, in Doſen füllen, nach Vorſchrift kochen. Bei der Verwendung Soße abgießen, wenn nötig mit Flüſſigkeit ſtrecken, mit Mehl binden, nach Belieben mit ſauerem Rahm und Gewürzen abſchmecken, gut aufkochen, Fleiſchwürfel zugeben, an der Herdſeite durchziehen laſſen, bis das Fleiſch heiß iſt.

Schnitzel. Fleiſch vom Koteletten- und Filetgrat oder Bug, Butterſchmalz, Zwiebeln, Salz.

Knochen auslöſen, Schwarte entfernen, Speck abſchneiden. Aus Fleiſch Schnitzel ſchneiden, klopfen; ebenſo wie Gulaſch, jedoch mit weniger Zwiebeln zubereiten, in Doſen packen, Aufgußflüſſigkeit darüber gießen, verſchließen.

Rollen (Rouladen). Fleiſch vom Schlegel oder Bug, Butterſchmalz, geräucherten Speck, Zwiebeln, Salz.

Fleiſch vorbereiten, in ½ Zentimeter dicke Scheiben ſchneiden, klopfen, Aufgußflüſſigkeit bereiten. Zur Fülle Speck klein würfelig ſchneiden, in Eiſenpfanne erhitzen, viel klein geſchnittene Zwiebeln zugeben, dünſten, bis die Zwiebeln glaſig ſind. Dieſe Fülle auf Fleiſchſcheiben ſtreichen, rollen, mit ſtarkem Faden umbinden oder mit Hölzchen zuſtecken. Wie Gulaſch weiter behandeln, eng in Doſen packen, mit Aufgußflüſſigkeit bedecken, verſchließen.

Aufbewahrung der Fleiſchdauerwaren und Würſte

Der Raum zur Aufbewahrung der Fleiſchdauerwaren muß kühl, gut lüftbar, vor Fliegen geſchützt und am beſten nach Norden gelegen ſein. Geräuchertes Fleiſch, Speck und Würſte ſind, in Mullſäckchen gebunden, hängend aufzubewahren. Sollen ſich die Vorräte beſonders lange halten, iſt das Eintauchen in Überzugsmaſſe anzuraten. „Glanzhell" der Geſellſchaft für Steriliſation, Berlin-Schlachtenſee, Viktoriaſtraße 22, hat ſich gut bewährt.

Der Aufbewahrungsraum muß jährlich mit Kalkmilch friſch getüncht, im Sommer nachts gut gelüftet werden, damit ſich keine Schimmelpilze anſiedeln können. Bildet ſich jedoch an Räucherwaren und Würſten Schimmel, ſo ſind ſie trocken abzureiben und nochmals zu überräuchern.

Steriliſiererſatzverfahren (Evakuierungsverfahren).

Evakuieren wird abgeleitet von vacuum = luftleer.

Damit ſind Methoden gemeint, die das Vorratsgut ohne darauffolgendes Steriliſieren durch ein beſonderes Verfahren in Patentgläſern luftdicht abſchließen, wie es z. B. durch den Saxoniaapparat, den Hermetiſator, erreicht wird. Werden dieſe Verfahren zum richtigen Zweck verwendet, beobachtet man alle Gebrauchsvorſchriften aufs genaueſte, ſo können ſie das erfüllen, was ſie verſprechen, nämlich: Zeit- und Brennmaterialerſparnis, erhöhtes Aroma der Produkte.

Fett auf Vorrat

Schweine-, Rinder- und Geflügelfett eignet ſich beſonders zur längeren Aufbewahrung; auch Butter, die man im Sommer oft billig erhält, kann als Butterſchmalz haltbar gemacht werden.

Um die Fette haltbar zu machen, müſſen ſie ausgelaſſen werden, wodurch die nicht haltbaren Beſtandteile wie Eiweiß, Waſſer und freie Fettſäuren entfernt werden. Die auf dieſe Weiſe gewonnenen reinen Fette können als Vorräte längere Zeit aufbewahrt werden und haben einwandfreien Geſchmack.

Alle Schlachttierfette werden zum Auslaſſen gewäſſert, gehäutet, mit der Fleiſchmaſchine zerkleinert oder in Würfel geſchnitten. Nieren- und Rückenfett kann zuſammen ausgelaſſen werden, während Darm- und Abſchöpffett geſondert behandelt werden muß. Man unterſcheidet:

Weiche Fette (wie Geflügel-, Schweinefett und Butter) und harte Fette (wie Rinder- und Hammelfett). Das Auslaſſen dieſer beiden Arten iſt verſchieden.

Weiche Fette ſetzt man bei geringer Hitze im Eiſentopf zu, bis ſie glaſig geworden ſind. Die Weiterbehandlung geſchieht nun bei ſtärkerer Hitze, ſo lange, bis die Rückſtände oder Grieben hellgelbe Färbung zeigen. Damit ſie ſich gleichmäßig färben, iſt öfteres Umrühren zweckmäßig. Das ausgelaſſene Fett muß hell ſein; gebräuntes Fett hat veränderten Geſchmack. Zur Aufbewahrung werden die Grieben abgeſeiht, das Fett in Steintöpfe oder Marmeladeneimer gefüllt und nach dem Erkalten zugebunden. Um den Geſchmack des Fettes zu verändern, kann man nach Belieben Zwiebeln, Apfelſtücke, auch Majoran zum Auslaſſen beigeben. Der Fettrückſtand in den Grieben kann durch Auspreſſen derſelben gewonnen und ſoll ſofort verwendet werden. Die zurückgebliebenen Grieben ſind zum Röſten der Kartoffeln noch ſehr gut auszunützen, auch laſſen ſie ſich, in der Fleiſchmaſchine zerkleinert, an Stelle von Fett zu ſalzigem Mürbegebäck verwenden.

Beſondere Aufmerkſamkeit erfordert die Herſtellung von Butterſchmalz. Die Butter wird in einem Eiſentopf, der wegen der beim Auslaſſen einſetzenden Schaumbildung nur halb gefüllt werden darf, gekocht. Nachdem die Schaumbildung ſtark abgenommen hat, nimmt man den reſtlichen Schaum mittels Seihlöffel ab. Man bezeichnet dieſes Abſchöpffett als „Saures“ oder „Sieders“ und kann es zu Kartoffelgerichten oder Hefeſpeiſen verwenden. Die Butter ſoll nun bei ſchwächerer Hitze weiterkochen. Der ſich bildende Schaum ſetzt ſich zu Boden, das Fett wird klar. Nachdem ſich das Schmalz an der Herdſeite noch vollkommen geklärt hat, wird es vom Bodenſatz getrennt, in Steintöpfe oder Blechbüchſen eingefüllt, nach dem Erkalten zugebunden. Der Bodenſatz eignet ſich ebenſo wie der „Sieders“ zur Zubereitung von Kartoffel- und Hefegerichten. Die Haltbarkeit von Butterſchmalz beträgt bei guter Aufbewahrung in kühlem Raum ein Jahr.

Harte Fette ſetzt man mit ſo viel Waſſer auf, daß der Boden des Gefäßes bedeckt iſt. Anfangs ſchließt man den Topf, damit das Fett durch den Dampf erweicht. Nachdem es einige Minuten tüchtig gekocht hat, wird es unter Rühren ſo lange erhitzt, bis das Waſſer verdampft iſt und die Grieben goldgelbe Farbe zeigen. Das klare Fett wird durch Abſeihen der Grieben gewonnen.

Rindergrieben erſcheinen zur Verwendung weniger geeignet als Schweinegrieben. Sie dienen namentlich als Hühnerfutter.

Die Aufbewahrung der Fette hat in kühlem Raum zu erfolgen. Da ſich die Fette bei Licht und Wärme zerſetzen, iſt es nötig, ſie in lichtundurchläſſigen Gefäßen (Steinguttopf, Blechbüchſe) zugebunden oder mit Deckel verſchloſſen aufzubewahren.

Eier auf Vorrat

Das Ei iſt ein Nahrungsmittel, das wegen ſeiner vielſeitigen und oft ſehr zeitſparenden Verwendbarkeit in der Küche das ganze Jahr über nicht entbehrt werden kann. Wir verbrauchen in Deutſchland pro Kopf und Jahr durchſchnittlich 130 Stück. Der Preis der Eier iſt aber nicht immer gleich. Während der Hauptlegeperiode der Hühner, Mitte März bis Juni, ſind die Eier am billigſten, dann kommt eine Preisſteigerung im Oktober, bis Höchſtpreiſe im November bis März erreicht ſind. Die kluge Hausfrau tut gut, Eier in der billigſten Zeit einzukaufen und einzulegen. Wenn es ſich auch nur um Erſparniſſe von Pfennigen pro Ei handelt, in der Menge macht es doch eine Summe von beträchtlicher Höhe aus. Man läßt ſich leicht dazu verleiten, im Sommer zur Zeit der Eierſchwemme Eier im Überfluß zu verbrauchen. Dieſe fehlen im Winter dem deutſchen Haushalt und müſſen vom Ausland bezogen werden.

Zum Einlegen ſind nur ganz friſche Eier geeignet. Obwohl die Schale und das dahinter liegende Häutchen die Eier vor dem Eindringen von Schmutz ſchützt, haben doch die Mikroorganismen durch die poröſe Beſchaffenheit der Schale freien Zutritt und zerſetzen den Ei-Inhalt. So lange der Keim im Ei noch lebt, geht die Zerſetzung langſam vor ſich, weil das Ei Zellfermente bildet, welche die eindringenden Mikroorganismen bekämpfen. Der Keim im Ei kann 3 bis 4 Wochen lebend erhalten bleiben. Die Haltbarkeit der Eier iſt auch noch dadurch gefährdet, daß durch die poröſe Schale das Waſſer aus dem Ei-Inhalt verdunſtet und dafür Luft eindringen kann. Die Luftblaſe am ſtumpfen Ende des Eies wird vergrößert. Es iſt deshalb nötig, die Eier ſo friſch als möglich einzulegen. Bei eigener Hühnerhaltung iſt es ratſam, alle 2 bis 3 Tage Eier zu konſervieren. Dieſe Mehrarbeit macht ſich durch vorzügliche Haltbarkeit des Vorrates belohnt. Muß man Eier zum Einlegen kaufen, ſo bewährt ſich das Konſervieren nur, wenn man zuverläſſige Einkaufsquellen hat. Nach dem neuen Eierhandelsklaſſengeſetz müſſen die Eier gekennzeichnet ſein. Zum Einlegen ungeeignet ſind Eier mit der Aufſchrift K = Kühlhauseier und ſolche, die mit „konſerviert" bezeichnet ſind. Ausländiſche Eier erhalten den Namen des Stammlandes. Sie belehren uns dadurch über die Herkunft und wir können von der Länge des Transportes ungefähr auf das Alter und die Untauglichkeit dieſer Eier zum Einlegen ſchließen. Es kommen zwei Konſervierungsarten, die Trocken- und die Naßkonſervierung in Betracht.

Im Großhandel werden die Eier in Kühlhäuſern bei 0 bis 1 Grad Celſius, bei relativer Luftfeuchtigkeit von 75 bis 80 Grad + unter Zuleitung von gekühlter Friſchluft gelagert. Zu dieſer Konſervierungsart ſind jedoch weitgehende maſchinelle Einrichtungen erforderlich.

Die Hausfrau iſt auf einfachere Konſervierungsarten angewieſen. Dazu zählt in erſter Linie das Trockenverfahren. Man verſteht darunter das Aufbewahren in beweglichen Eierſtändern, wie Imo, Eifri. Die Eier ſtecken in Drahtklammern in radartigem Gehäuſe. Täglich wird eine Vierteldrehung des Rades ausgeführt und dadurch bezweckt, daß der Dotter des Eies immer ſchwebend in demſelben bleibt und ſich nicht durch einſeitige Belaſtung der Hagelſchnüre, die ihn feſthalten, losreißt und ſich direkt unter der Eiſchale anlegt. Da der Dotter wegen des hohen Fettgehaltes (12%) der leichtverderblichſte Teil des Eies iſt, wäre es von

Nachteil, wenn derſelbe nahe der poröſen Eiſchale liegen würde, denn dadurch könnte er ſehr raſch von den Mikroorganismen zerſetzt werden. Der Eierſtänder muß in einem froſtfreien, gut lüftbaren Raum ſtehen, der frei von fremden Gerüchen iſt. Vollkommen friſche Eier halten ſich bei vorſchriftsmäßiger Behandlung einige Monate.

Ferner gibt es Überziehmittel für das Ei, durch welche die Poren der Schale geſchloſſen werden, wie Lack, Paraffin, Gummilöſung, Gelatine, „Eifriſch". Die Eier werden einzeln mit der Löſung überſtrichen oder in dieſe getaucht.

Weiter iſt noch das Einlegen der vorher überzogenen oder auch nicht vorbehandelten Eier in Tonnen zwiſchen Viehſalz, Häckſel, Kleie, Holzaſche, Sand anzuführen. Auch dieſes Verfahren begründet ſich auf Luftabſchluß, der jedoch nicht vollkommen iſt, deshalb iſt die Haltbarkeit nur für einige Monate bedingt.

Eine Haltbarkeit für längere Zeit verbürgen die Naßverfahren unter Zuhilfenahme von gelöſchtem Kalk, Waſſerglas oder Garantol. Kalk verſchließt die Poren der Eiſchale, greift ſie aber zugleich leicht an. Sie wird dadurch dünner und brüchiger. Waſſerglas iſt kieſelſaures Natrium, das ſich mit dem Kalk der Schale zu kieſelſaurem Kalk und freiem Natrium verbindet. Außerdem wird angenommen, daß die von den Eiern ausgeatmete Kohlenſäure ſich mit Natrium verbindet, dadurch freie Kieſelſäure ausfällt, die das Ausflocken der Einlegeflüſſigkeit bewirkt. Garantol iſt ein geſchütztes Mittel, deſſen Zuſammenſetzung nicht genau bekannt iſt.

Wie legt man Eier ein?

Zunächſt erfolgt das Reinigen der Eier. Beſonders beſchmutzte Eier reinigt man mit Salz — alle anderen ſpült man in klarem Waſſer. Hierauf prüft man die Eier auf Feſtigkeit der Schale und auf ihre Friſche. Erſteres erfolgt durch vorſichtiges Aneinanderklopfen von zwei Eiern an beiden Enden. Nur Eier, deren Schale das Anklopfen aushält, ſind zum Einlegen geeignet. Von beſonderer Wichtigkeit iſt bei gekauften Eiern, unter denen ausgebrütete und auch ſchlechte Eier ſein können, das Prüfen auf Friſche. Ein ſchlechtes Ei kann die Haltbarkeit des ganzen Vorrates in Frage ſtellen und deſſen Geſchmack beeinträchtigen. Die Prüfung kann durch Durchleuchten oder durch Einlegen in eine 10prozentige Salzlöſung geſchehen.

Das Durchleuchten beanſprucht wenig Zeit. Man bedient ſich dabei einer Schierlampe aus der Geflügelhaltung oder man ſtellt ſich einen einfachen Apparat ſelbſt her. Dazu benützt man eine gewöhnliche Taſchenlampe, legt ſie in einen kleinen Karton, zeichnet in der Mitte des Deckels die Größe eines Eies und ſchneidet von der Mitte des angezeichneten Eies aus ſtrahlenförmig Streifen einwärts. Das Ei kann dadurch gut aufgelegt und durchleuchtet werden. Die Luftblaſe am ſtumpfen Ende vergrößert ſich mit dem Alter des Eies, denn Waſſer verdunſtet und Luft tritt dafür in das Ei ein.

Die Ausführung der Prüfung durch Salzlöſung geſchieht folgendermaßen: In ein größeres Marmeladenglas gibt man Salzlöſung (auf 1 Liter 100 Gramm). Die Prüfung beruht auf dem ſpezifiſchen Gewicht. Friſche Eier haben ein höheres ſpezifiſches Gewicht wie die zehnprozentige Salzlöſung und ſinken unter; nur dieſe ſind zur Konſervierung geeignet. Je nach Alter tritt infolge der Waſſerverdunſtung Abnahme des ſpezifiſchen Gewichtes der Eier ein, dieſelben ſchwimmen nach drei Wochen in der Löſung und bald darauf an der Oberfläche.

Zur Eierkonſervierung werden Steinguttöpfe, Tontöpfe, Marmeladenkübel verwendet. Beſonders empfehlenswert ſind Zinkwannen mit herausnehmbaren Einſätzen für je 40 bis 60 Eier. Für große Eiervorräte eignen ſich betonierte Becken, in denen die Eier, weil ſie nicht bewegt werden können, ſelten Schaden leiden.

Ausführung des Einlegens. Die Behälter werden mit Sodawaſſer gut gereinigt, Gefäße ohne Einſatz werden 3 Zentimeter hoch mit reinem Sand gefüllt, in den Aufbewahrungsraum geſtellt, damit durch Tragen und Schütteln die Eier nicht mehr verletzt werden. Die Löſung wird, wie in der nachfolgenden Tabelle angegeben, vorbereitet und gut glatt gerührt. Es darf kein Bodenſatz bleiben. Die Eier werden mit der Spitze in den Sand eng aneinander gepackt, die übrigen Eier werden darauf geſtellt, bis der Topf gut dreiviertel voll iſt, dann mit einem Teller beſchwert, die Löſung langſam aufgegoſſen, bis die Eier bedeckt ſind.

Konſervierungstabelle.

Einlegemittel	Menge	Konſervierungsrezept
Kalk	125 Stück	10 Liter Waſſer 1 Kilo Kalk (Der Kalk darf nicht friſch gelöſcht ſein.)
Waſſerglas	125 Stück	10 Liter Waſſer 1 Liter Waſſerglas
Garantol	125 Stück	1 Packung

Die Dauer der Haltbarkeit beträgt mehr als 1 Jahr. Wirtſchaftlich iſt es jedoch nur, Eier für die Zeit von Juli bis März einzulegen, denn unrentables Kapital würde ſonſt in den Vorräten ſtecken.

Die Pflege der Eiervorräte. Die Eiertöpfe läßt man offen ſtehen, damit man das Überſtehen der Flüſſigkeit leicht nachſehen kann. Der Raum muß kühl, froſtfrei und frei von fremden Gerüchen ſein. Die Eierkübel ſollen ſo ſtehen, daß ſie vor Stoß ſicher ſind. Beim Verbrauch entleert man einen Topf nach dem anderen, denn die Kalkhaut wie die Waſſerglasſchicht ſollen luftabſchließend wirken und dürfen deshalb erſt dann verletzt werden, wenn die Eier verwendet werden.

Einige Verwendungswinke ſind noch zu erwähnen: Am beſten zum Sieden in der Schale eignen ſich Waſſerglaseier. Die Schale wird nicht platzen, wenn man ſie vorher mit einer Nadel angeſtochen hat. Wenn der Inhalt der Kalkeier durch langes Lagern den Kalkgeruch angenommen hat, läßt man die Eier vor der Verwendung eine Nacht aufgeſchlagen ſtehen. Der Kalkgeruch wird dadurch entfernt.

Zum Schneeſchlagen eignen ſich Waſſerglas- und Garantoleier beſſer als Kalkeier.

Gartenkultur

Es mag wundernehmen, in dieſem Rahmen etwas über Gartenkultur zu finden. Und doch wird ſich niemand einen vollkommenen Haushalt ohne Blumen und Garten vorſtellen können. In den letzten Jahren zeigt ſich ein deutlich zunehmendes Bedürfnis nach Vervollſtändigung eines Heimweſens durch ein Fleckchen Erde, Pflanzen und Grün.

Dem Wohlhabenden war es von jeher Selbſtverſtändlichkeit, ſeinen Beſitz über die 4 Wände eines Hauſes auszudehnen, ſein Daſein auch durch den Reichtum der Natur, wenigſtens nach außen hin, zu verſchönern. Wo eine Kultur zur „Blüte“ kam — wir bringen es ja ſchon ſprachlich zum Ausdruck — ſahen wir ſtets die Entwicklung einer Gartenkunſt auftreten, die zu ergänzen hatte, was die Architektur ſchuf.

Heute hat die Sehnſucht nach einem Stückchen Grün alle Schichten ergriffen. Es mag uns wie eine Ahnung für den Beginn einer neuen Kulturphaſe aufſteigen, wenn wir ſehen, wie heute das ganze Volk nach der Bearbeitung eines Stück Landes ſtrebt, wenn wir ſehen, mit welcher Liebe in einem Schrebergärtchen jede Stelle ausgenützt wird, wie das kleine Quadrat Erde geziert wird mit Blumen und Sträuchern, wie es „Raum“ geben ſoll für ein freudigeres Verweilen als in Mauern und Wänden.

Es iſt ein deutlich ſichtbar gewordenes Verlangen nach einem vollen Erleben des Menſchentums, das ſich ſpiegeln und meſſen will am Mitweſen, welches ſich wieder fühlen will als Glied eines gegebenen Ganzen. Die Pflanze kann nicht ſprechen, ſie kann ſich nicht wehren und iſt ruhig und ſtill zu allem, was wir mit ihr tun. Aber ſie „wächſt“ uns die Antwort entgegen. Sie zeigt uns, wie wir aus uns alleine ſo wenig vermögen, wie wir abhängig ſind von allem ringsum: Himmel und Erde, die unſerem Erleben als Rätſel entgegenſtehen. — Sind wir dann ſtille und klein geworden ob unſeres Unvermögens, dann kommt auch langſam der Augenblick, an dem wir beginnen, unſerer Organe und Fähigkeiten wieder gewahr zu werden. Wir wiſſen auf einmal, daß wir Augen und Ohren haben, die ſehen und hören können, was dieſe ſtummen Weſen von uns verlangen, und nun beginnt die Freude an einem neuen Erleben, einem intenſiveren, weil es aus uns ſelber kommt und nirgends Schranken für die Fülle ſeiner Entfaltung findet. An der Mannigfaltigkeit der Lehrmeiſterin Natur iſt noch keiner zu Ende gekommen. Und gerne laſſen wir dafür von der Blaßheit und Weſenloſigkeit eines Erlebens, wie es uns die ſenſationellen Errungenſchaften unſerer Ziviliſation bieten.

„Gartenkultur" im wahren Sinne des Wortes kann nicht die Angelegenheit einiger weniger oder von Fachleuten ſein. Sie iſt und wird der Ausfluß eines Strebens, welches mitläuft, ſteigt und fällt in dem geſamten Strom der Kulturbildung. Andere Zeiten haben ein anderes Empfinden für die Pflanzenwelt gehabt. Wir wollen es nicht beſſer oder ſchlechter nennen — vielleicht intenſiver? — aber freudig begrüßen können wir, was jetzt als Symptom eines Wollens, das in die Breite und Tiefe ſtrebt, uns entgegentritt. Was nützt es, wenn einige Meiſter der Gartenkunſt Märchen und Phantaſien aus der Landſchaft zaubern, die vielleicht nur einigen wenigen zugänglich bleiben können? Von unten her muß ein Verſtändnis und Freude für das Hegen und Pflegen der Pflanzen, das Geſtalten eines Stück Landes im kleinen da ſein. Aus jedem einzelnen muß Widerhall dringen, der dann zum breiten Strom eines Strebens beitragen kann, das man mit Recht mit dem Namen Kultur belegen dürfte.

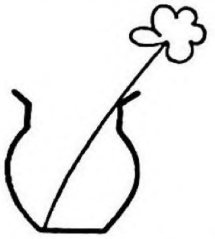
Es kann nicht Sinn und Zweck dieſer Ausführungen ſein, einen Leitfaden des Gartenbaues, wie er für einen richtigen Hausgarten benötigt wird, abzugeben. Es ſoll der Verſuch gemacht werden, Hinweiſe und Anhaltspunkte für eine Gartenkultur aufzuzeigen, wie ſie als Teil eines Hausweſens, einer Hauswirtſchaft uns entgegentritt. Nicht umſonſt hören wir allenthalben in Zeitſchriften, auf Ausſtellungen das Schlagwort: „Der Garten, die erweiterte Wohnung!" Eine Wohnung muß jeder für ſich „wohnlich" geſtalten — darum wird auch jeder für ſich und ſein Fleckchen Erde ſeine Gartenkultur finden müſſen — wenngleich er ſich die Erfahrungen anderer zunutze machen kann.

Blumen und Pflanzen im Haus

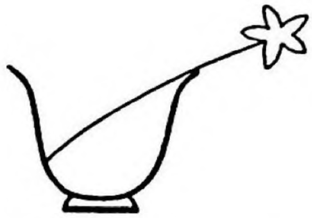
Eine noch ſo gut eingerichtete Wohnung würde uns ohne Blumenſchmuck unvollkommen erſcheinen. Er iſt gleichſam wie der letzte Pinſelſtrich an einem Gemälde, mit dem jede Innenarchitektur rechnet. Beſonders die ſachlichen Möbel von heute rufen förmlich nach einer runden Linie, die ſie überſchwebt, oder einer fröhlichen, aufhellenden Farbe.

Meiſtens wird es dem Geſchmack oder der Geſchicklichkeit eines weiblichen Weſens obliegen, für Blumenſchmuck im Hauſe zu ſorgen. Daß er bis zu einem gewiſſen Grade der Zeit- und Geldbeutelfrage unterſtellt bleibt, ſei unbeſtritten. Trotzdem wird auch hier der Wille den Weg finden. Eine intime und darum weibliche Angelegenheit iſt es, die einem Heim, einem gedeckten Tiſch die letzte Note verleiht.

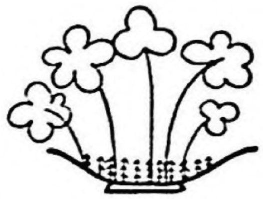
Für das Einſtellen von Blumen in Vaſen läßt ſich kein Rezept ſchreiben. Immerhin ſei hier verſucht, auf einiges hinzuweiſen, das vielleicht die Freude am Variieren anregt oder vor unliebſamen Erfahrungen ſchützt. So iſt es z. B. ſchon nicht leicht, eine brauchbare Vaſe einzukaufen, vor allem eine vielſeitig brauchbare. Man verlangt nämlich allerlei von ihr: Sie ſoll in die Wohnung zur Stilart der Möbel paſſen. Die Form ſoll gefällig ſein, und das wird ſie, wenn ſie das Gefühl der Standfeſtigkeit erzeugt und trotzdem mit einer gewiſſen Leichtigkeit der Form dieſen Dienſt tut. Es gibt angſterregende Vaſen. Es gibt auch ſolche, die wohl einen freundlichen Bauch haben, aber keine barmherzige Öffnung und wieder ſolche, die des Guten zu viel tun und den Blumen keinen Halt geben. Unbarmherzig können ſie auch ſein in Farbe und Bemalung, die keine Blüte neben ſich aufkommen läßt. Der Typus des beſcheidenen Bauernkruges mit den indifferenten, matten Tönen, das anſpruchsloſe Glas oder die Schale, ſie werden der bergende Freund der vielgeſtaltigſten und -farbigſten Blumen ſein können. In der Glasvaſe wirken die Stile im Waſſer mit als Bild. Es eignen ſich darum Pflanzen mit klar gezeichneten Stielen beſſer, ſo z. B. Nelken, Roſen, Narziſſen, Tulpen uſw. Dagegen werden mehr einheitlich durch die Farbe wirkende oder kompakte Blumen oft gerade durch zarte oder auch friſchere Töne einer Keramikvaſe gehoben, wie etwa: Vergißmeinnicht, ein bunter Wieſenſtrauß, Zinnien, Margueriten uſw. Guten Halt geben den Blumen Vaſenformen, deren Boden in einer Ecke anſitzt, während die Kugelform keinen Widerſtand für die Stiele bietet. (Siehe Abbildung.)



praktiſche Vaſenform



unpraktiſche Vaſenform



Steckgrund aus Fichtenzweigen für flache Schalen uſw.

Man kann ſich allerdings durch Erzeugung eines künſtlichen Widerſtandes helfen: Z. B. eine Schicht Sand einfüllen oder abgeſchnittene Stiele kreuz und quer legen, oder noch beſſer in Vaſenhöhe geſchnittene Fichtenzweiglein mit nach unten gerichteten Nadeln hineingeben (ſiehe Abbildung), was einen angenehmen Steckgrund ergibt, der ſich beſonders auch für flache Schalen eignet, die man dann ohne Mühe hoch und leicht wirkend ſtecken kann. Es gibt auch käufliche Steine mit Löchern zum Befeſtigen der Blumen, die je nach dem Pflanzenmaterial brauchbar oder ſtörend erſcheinen. In der Glasvaſe und -ſchale wird überhaupt eine Bodenfüllung ſelten ſchön empfunden werden. Ein Strauß wird leichter und gefälliger wirken können in Gefäßen, die ſich nach oben erweitern. Sich verjüngende Gefäße ſind meiſt nur für Zweige angenehm. Das Stecken einer Vaſe iſt in der Regel einfacher, wenn man jede Blüte einzeln hineinſtellt und gleichmäßig nach allen Seiten verteilt. Man erzielt ſo am eheſten eine gewiſſe Leichtigkeit der Anordnung, wie ſie das Vorbild draußen in der Natur zeigt.

Wie ſich nicht alle Menſchen miteinander vertragen, ſo auch nicht alle Blumen. Sie erſcheinen uns ja gerade wie Verkörperungen einzelner menſchlicher Eigenſchaften und — die können manchmal nicht dicht beiſammen ſtehen. Die Vornehmheit der Roſe paßt nicht zum bäuerlichen Glanz einer Sonnenblume, oder die Kokettheit der Nelke nicht zur Reinheit der Lilie, und ſo gäbe es viele Beiſpiele. Dagegen ergänzen ſich die bunten Blumen einer Wieſe, einer Bergmatte, des ſommerlichen Gartenbeetes meiſt herrlich. Gerade je bunter ein Strauß, deſto mehr Freude bringt er uns in die Stube.

Es iſt direkt intereſſant zu verfolgen, wie die einzelnen Farbtöne ſich untereinander heben, verändern, unterdrücken, aufhellen, wie oft Zwiſchentöne, wie lila und roſa, die Vermittlung von unverſöhnlich ſcheinenden Kontraſten übernehmen; wie ein Strauß zu leuchten beginnt, ſtrahlt gelb hinein, ein paar weiße Blüten können ihn beleben, ganz dunkle, wie z. B. ſchwarzrote Skabioſen oder braungoldene Tagetes geben einen kontraſtreichen Hintergrund. An Blau iſt die Blütenwelt zeitweiſe arm. Wir merken deutlich, wie die Geſchloſſenheit der Skala des Regenbogens hergeſtellt wird, gelingt es uns doch, einen blauen Blüher zu finden.

Es gibt Blumen, die ſtehen gerne alleine in einer Vaſe: Eine Lilie, eine Orchidee hat für ſich genug zu ſagen. Wieder andere erfreuen gerade in großer Fülle. Man kann in dieſer Beziehung nie ausſtudieren. Da fangen Vaſe und Bewohner im Halbdunkel eines Zimmers an aufzuleuchten, während ſie an der grellen Sonne banal wirken können, beſonders, wenn die Blumen verzweifelt aus einem zu engen Hals ſtengeln. Ein paar exzentriſch hineingeworfene Blütenſtiele, oben auf einem Schränkchen ſtehend, können elegant wirken — in der Mitte eines runden Tiſches ſieht die gleiche Anordnung unordentlich oder lächerlich aus. Oft erfreut uns im Herbſt und Winter ein dürrer Zweig, der in genialen Bogen Silhouetten an die Wand zeichnet, mehr, als ein gekaufter Anſtandsſtrauß. Es ſind nicht immer nur Geſicht und Farbe der Blüte, die Schmuck bringen. Es iſt der Umriß, die Plaſtik, welche das Ganze der Vaſe und Pflanze in den Raum modellieren. Freilich gibt es auch Blumen, die den Winter über ihre Farbe behalten, ſo die Immortellen, Heidekraut, roſa und weißer Sonnenflügel (Acroclinium), die violetten und roſa Statizen (= Strandflieder), die Papierblumen (Xeranthemum ann.) u. a. mehr. Strohblumen (Helichrysum) behalten leider die Stiele nicht. Auch imprägniertes Laub kann uns im Winter helfen (die Haltbarmachung von Laub durch Bügeln der Blätter iſt leider nur vorübergehend).

Die Verlängerung der Haltbarkeit von Schnittblumen durch Zuſätze in das Waſſer der Vaſe läßt ſich nur bedingt erreichen. An und für ſich hat jede Blüte die ihr angemeſſene Blühzeit, die bei kühlerer Temperatur verlängert, bei höherer verkürzt wird. Ebenſo beeinträchtigen Regen und Wind die Blütendauer und es kommt darauf an, ob die Blumen morgens oder in der Mittagshitze geſchnitten ſind. Schneidet man Blumen ab, quetſcht man aus den Gefäßen des Stengels Saft heraus. Die ſo entſtehenden Hohlräume werden ſofort von Luft erfüllt, und dieſe wiederum läßt das Waſſer nicht mehr eindringen und hoch ſteigen, ſo daß die Blüte verwelken muß, obwohl ſie im Waſſer ſteht. Koſtbare Blumen werden daher unter Waſſer mit ſcharfen Meſſern abgeſchnitten. Ein weiteres Verſtopfen der Waſſergefäße am Stielgrund bewerkſtelligt die bald einſetzende Fäulnis. Die Stiele werden ja ſichtlich raſch ſchleimig. Das Abſtreifen der Blätter am unteren Teil des Stieles ſchon beim Einſtellen der Vaſe, ſowie wiederholtes Abſchneiden der Enden kann von Vorteil ſein. In abgeſtandenem Waſſer zeigen Blumen eine größere Haltbarkeit, als in friſchem Leitungswaſſer. Auch iſt das tägliche Erneuern des Waſſers eher von Nachteil als Vorteil. Natürlich darf das Waſſer aber auch nicht ſo lange ſtehen bleiben, bis es übel riecht. An Zuſätzen, die das Faulen verhindern, bzw. das Waſſer rein halten ſollen, werden verwendet: Holzkohle, Kochſalz, Aſpirin, Salizylſäure oder die dafür käuflichen Mittel wie „Niwelka". Am reinſten bleibt das Waſſer mit einigen Stückchen Holzkohle. Die Haltbarkeit in „Niwelka“ iſt etwas größer. Von Kochſalz dürfte man höchſtens eine ſehr ſchwache Löſung verwenden (ſog. phyſiologiſche), da ſonſt das Umgekehrte eintritt, den Pflanzen Waſſer entzogen ſtatt zugeführt wird, und die Stiele an Schrumpfſtellen abknicken.

Nicht leicht ſonſt wo, als beim Schmücken eines Tiſches, zeigt ſich die feinfühlige Hand einer Frau. Gerade hier ſpielt das Wie oft die größere Rolle als das Was. Einfache Wieſenblumen zum Kranz gelegt, ein paar Weinranken, Immergrün, Zierſpargel, ein paar Streublumen können einen Tiſch feierlich und gefällig geſtalten. Hübſch ſind flache Schalen mit duftig wirkenden Blumen, wie Frühlingsblüher, Buſchroſen, Duftwicken, Kapuzinerkreſſe, Narziſſen, Nelken und wie ſie alle heißen — aber ſchließlich helfen auch ein paar Fichtenzweiglein mit Kerzen, bunte Bänder mit Palmkätzchen und Oſtereiern — je nach Anlaß, ein einfacher Blumenſtrauß, auch eine hübſche Topfpflanze, ein Früchtekranz oder eine phantaſievolle Geſellſchaft von Karotten und Kartoffelmännchen, ein Kranz aus Gemüſeblättern, z. B. für eine Vegetarier-Verſammlung.

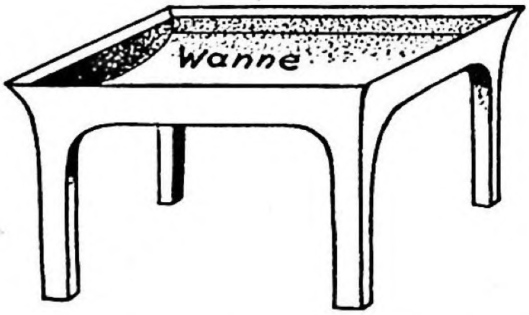
Topfpflanzen, ihre Pflege

Will man die Pflanze zum Hausgenoſſen haben, muß man ſie auch als ſolchen behandeln. Wie die Hausfrau den Bedürfniſſen und Gepflogenheiten jedes Familienmitgliedes nachzukommen ſucht, wird ſie — oder wer es ſonſt übernimmt — es auch bei Topfpflanzen tun müſſen. Daß dieſe grünen Weſen Licht, Luft und Sonne brauchen, weiß eigentlich jeder. Trotzdem begegnet man nicht ſelten einer Verwunderung, bezeichnet man eine Zimmerecke als zu dunkel oder einen Platz zwiſchen Tür und Fenſter als zugig. Keiner möchte oft dort ſitzen, wo arme Pflanzen „gedeihen“ ſollen. Freilich, gewiſſe Zeit läßt ſich jede Blume — je nach ihrer Widerſtandskraft — etwas gefallen; aber, daß ſie dann noch „gedeiht“, iſt zu viel von ihr verlangt. Man vergegenwärtige ſich doch einmal, was es für eine Pflanze bedeuten muß, den freien Raum von draußen zu tauſchen mit vier begrenzten Wänden, eine Decke über ſich ſtatt dem Gewölbe des Himmels, und für die friſche Luft und den Atem der Erde den Rauch von Öfen und Zigarren aufzunehmen. Trotzdem: Keiner ſollte ſich entmutigt fühlen, Pflanzen mit in die Wohnung zu nehmen — das grüne Element läßt ſich viel gefallen und kann mehr an Anpaſſung und Umſtellung leiſten als wir. Nur ſollten wir uns deſſen bewußt ſein, wie viel wir zu erſetzen hätten von dem, was in der Natur für die Pflanzen bereit ſteht. Die Redensart von der „guten Hand für Blumen“ hat vielleicht mehr richtigen Sinn, als man wahr haben möchte, jedenfalls ſcheint ſie immer noch das Um und Auf der Zimmerblumenpflege. Es gibt ja äußerſt beſcheidene Pflanzen, die ſich ungefähr überall behaupten können, nur ſind es oft nicht gerade die „begehrten“ mit ſchönem Blütenflor oder dergleichen. Immerhin, es iſt eine reiche Auswahl, die uns für den Innenraum zur Verfügung ſteht, und ſchöner, eine harmloſe Blattpflanze in gutem Zuſtand im lichtarmen oder zu warmen Zimmer, als das berühmte Alpenveilchen oder die Kamelie in kaum mehr kenntlicher Verfaſſung. Wie anregend iſt es doch für den Städter, dem ein Garten verſagt iſt, einen Erſatz in verſchiedenen Topfpflanzen zu finden, auszuprobieren, welche ſich für dieſen oder jenen Fenſterplatz eignen, im warmen Wohnzimmer, im ſchwach temperierten Raum, im Flur, im Fenſterkaſten oder am Balkon gut gedeihen.

Da kann wirklich die „Gartenkultur" ſchon im Hauſe beginnen und Abwechſlung und Freude ſchaffen, beſonders auch für Kinder und junge Leute. Es iſt keine rein äußerliche Angelegenheit, die ſich im Blumenſchmuck eines Hausweſens ausdrückt. Freilich iſt wieder die Zeitmangelfrage ein Angelpunkt, aber iſt nicht auch dieſe Zeitfrage ein Schwerpunkt unſeres Kulturlebens? Kultur ergibt ſich nicht aus Tempo und Nicht-Zeit-haben-können für Angelegenheiten, die uns einmal eine Notwendigkeit ſcheinen, weil ſie zum guten Ton gehören, aber anderſeits eine unangenehme Belaſtung bedeuten. Was nicht mit Herz und Sinn getan wird, kann nicht den Stempel von Kulturſtreben tragen, und wo Geduld und Liebe fehlen, gedeihen keine Pflanzen.

Viel iſt gewonnen für die Pflege der Blumen, hat man das Glück, einen geeigneten Standort an oder vor einem Fenſter ſeiner Wohnſtätte zu beſitzen, oder gar einen Erker oder Wintergarten. Leider hat die Bauweiſe der letzten Jahrzehnte wenig Rückſicht darauf genommen. So erſcheinen Flügelfenſter mit der Öffnungsrichtung nach innen ungeeignet, weil kein Platz für Töpfe bleibt; dagegen gibt es ideale Schiebe- und Klappfenſter, oder auch die der guten, alten Zeit mit Öffnungsmöglichkeit nach innen und außen und einem breiten Sims dazwiſchen. Auch ein unpraktiſches Fenſter iſt wertvoll, wenn es nicht täglich geöffnet werden muß und Oberlüftung vorhanden iſt. Die Pflanzen müſſen dann nicht verſtellt werden und bekommen keinen Zug, aber doch genug friſche Luft. Ein Behelf ſind Blumenbretter an den inneren Fenſterflügeln oder drehbaren Simſe, wie ſie auf der Kopfleiſte des Kapitels erſichtlich ſind. Ein ſtändiges Umſtellen iſt für Topfpflanzen ein großer Nachteil. Sie müſſen ſich nämlich jedesmal mit den Blättern nach dem Licht richten, und das koſtet ihnen viel Kraft. Hübſch können Hängebretter aus dickem Glas mit Metallfaſſung zwiſchen tiefen Fenſtern oder vor ganz glatten modernen wirken, weil ſie durch das Material nicht ſtören.

An Blumentiſchen wird uns heute ein buntes Vierlerlei im Handel angeboten. Von der alten Blumenkrippe ſcheint man abgekommen zu ſein, was kein Schaden iſt, da ſie ſelten ſchön war und in dem tiefen Blecheinſatz leicht die Möglichkeit der „Sumpfbildung" geboten wurde. Wer verſchiedene Blumentiſchtypen durchgeprobt hat, kann ein Lied von ihren Tücken ſingen, das hier nicht angeſtimmt werden ſoll. Ein poſitiver Vorſchlag, der tatſächlich zweckentſprechend für Pflanzen und Wohnung erſcheint, iſt aus nebenſtehender Abbildung erſichtlich.



Blumentiſch aus Holz mit Wanne für Bodenfüllung

Die auf dem Holztiſch ſtehende Wanne beſteht aus nicht roſtendem Material (hier z. B. Blei). Als Bodenfüllung könnte Torfmull mit Kieſelgur und Quarzſand verwendet werden, die man zirka 3 Zentimeter hoch aufſchichtet. Dieſe Bodenfüllung hat den Vorteil, daß ſie reichlich Waſſer an die Luft um die Pflanzen abgibt und damit natürliche Bedingungen ſchafft. Nötigenfalls würde es in kühleren Räumen oder bei ſchwach waſſerbedürftigen Pflanzen auch genügen nur die Einfütterung zu gießen.

Für Kakteen und andere Sukkulenten (von succus = ſaftig, fleiſchig) erſcheinen die einfachen Blech- und Schleiflackſtänder nicht ungeeignet. Allerdings muß man zielſicher im Gießen ſein, ſollen ſie nicht leiden. Häufig handelt es ſich darum, Fenſterſimſe, unter denen Heizkörper angebracht ſind, auszunützen. Man kann ſich dann mit einer Wärmeiſolierung durch ſtarke Aſbeſtpappe helfen. Sie wird auf das Holzſims unter die Töpfe oder das Stellblech gelegt. Ohne Iſolation werden die Pflanzen im Winter getrieben, was bei der geringen Lichtmenge von großem Schaden iſt. Man könnte auch flache Käſten mit Sand oder zerkleinerter Steinkohlenſchlacke zwiſchenſetzen und außer der Iſolierung ein Stellblech mit Bodenfüllung, wie oben, verwenden.

Für die Auswahl der Zimmerpflanzen für den jeweiligen Standort wird vor allem neben der Helligkeit des Platzes die Temperatur maßgebend ſein. Im allgemeinen läßt ſich feſtſtellen: Je kühler ein Wohnraum, um ſo geeigneter erſcheint er, um ſo größer iſt die Auswahl von geeigneten Topfgewächſen. Beſonders iſt zu beachten, daß Licht und Wärme einander ergänzen müſſen. Mit zunehmender Wärme ſteigt für die Pflanze das Lichtbedürfnis. Sie wird durch höhere Temperatur zum Wachstum angeregt, fehlt ihr aber dann das nötige Licht zur Blattgrünbildung, wird ſie geil (= lange) und blaß und damit anfällig für Krankheiten, büßt auch meiſt ihre Blühwilligkeit ein. Beſonders ungeeignet iſt ein kraſſer Wechſel der Temperatur, wie er ſich gerade oft an direkten Südfenſtern ergibt, die deshalb meiſt nicht die idealſten ſind; nach Oſten oder Südoſt und Weſten oder Südweſten gelegene ſind nicht ſelten verwendbarer. Ja, ſogar an Nordfenſtern kann man gewiſſe Pflanzen bei entſprechender Pflege gut weiter bringen. Das gleiche gilt natürlich für Blumentiſche oder einzelne Topfpflanzen, die tiefer im Raum ſtehen. Das Abrücken von zu ſonnigen Fenſtern gibt die Möglichkeit eines Ausgleiches, der ſich einer feineren Beobachtung ganz von ſelber ergeben wird.

Hand in Hand mit dem Licht- und Wärmebedarf läuft für die Pflanze, die in jeder Beziehung ein nach innerer Harmonie lebendes Weſen iſt, das Luft- und Feuchtigkeitsbedürfnis. Man beſehe ſich nur einmal den Habitus eines unter freiem Himmel gewordenen Gewächſes, etwa einer Geranie, im Gegenſatz zu der im Zimmer kultivierten. Stets wird es uns auffallen, wie kurz gedrungen, kräftig und ſattgrün die Freilandpflanze — natürlich auch nur bei geeignetem Standort — erſcheint. Lange Stengelglieder, wenige und gelbliche Blätter ſtammen meiſt von zu geringem Lichtgenuß bei großer Wärme, von zu wenig friſcher Luft und Feuchtigkeit in der Luft. Seltener leiden Zimmergewächſe Hunger vom Boden aus. Sauerſtoff benötigen ſie, wie jedes Lebeweſen. Man begegnet ſo oft der irrigen Anſicht, die Pflanze ſei alleine Sauerſtofferzeuger. Freilich iſt ſie das im Sonnenlicht, wenn ſie aſſimilieren kann. Aber ſie atmet nebenbei ſtändig, das heißt: verbraucht Sauerſtoff — und dem müſſen wir im Zimmer Rechnung tragen. Es iſt ganz auffällig, um wie viel ſchneller z. B. Schnittblumen in Räumen zugrunde gehen, in denen ſich viele Menſchen aufhalten. Auch an Topfpflanzen merkt man das langſam — beſonders, wenn dann die nächtliche Abkühlung, die ſie einmal von Natur her gewöhnt wären, fehlt. Der Tabakrauch wird manchen Gewächſen direkt gefährlich. So können Azaleen auf einmal alle

Blüten abwerfen, wenn ſie im rauchigen Zimmer ſtehen. Im Sommer iſt das Lüften keine Kunſt, es ſollte nur Zuglufterzeugung vermieden werden. Im Winter iſt größte Vorſicht am Platze. Raſch haben die Töpfe etwas abbekommen (manche ſchon bei Temperaturen über 0 Grad Ceſſius), und ſtehen dann wie verbrannt da. Während des Lüftens des Raumes kann eine Zeitungspapierdeckung ſchützen. Auch nachts iſt bei geſchloſſenen Fenſtern ein Kälteſchutz durch Kartons, die man zwiſchen Glasſcheiben und Töpfe ſchiebt, oft unerläßlich. Schließlich muß man die Pflanzen tiefer in den Raum tragen (beſonders bei ſcharfem Wind!). Aber nicht auf den Boden ſtellen, kalte Luft fällt nach unten!

Daß man eine Pflanze gießen muß, weiß jeder, weniger, wie ſie auf die Feuchtigkeit der Luft angewieſen erſcheint. Es kommt dabei natürlich auch auf die einzelnen Pflanzenarten an. Beſonderen Bedarf an Luftfeuchtigkeit zeigen Gewächſe mit vorwiegendem Blattwachstum oder großen Blättern und Stengeln. (Muſterbeiſpiele: Die Schiefblätter [Begonien], die in trockener Luft ganz ihr ſchönes Schillern verlieren, Farne und Moosarten, fleißiges Lieschen — alle Kinder der feuchten Wald- oder Tropenluft. Auch Zimmerlinde und -Ahorn ſchätzen trockenen Standort nicht.) Wer einmal beobachtet hat, wie viel friſcher und ſtrammer die Pflanzen draußen nach einer kühlen, taufeuchten Nacht daſtehen als nach einer ſchwülen, trockenen, der wundert ſich nicht, wenn ihm ſeine Blumentöpfe morgens ſchlapp entgegenhängen, tritt er ins rauchgeſchwängerte Wohnzimmer ein, das womöglich noch von der Zentralheizung ausgetrocknet wird. Die Zentralheizung iſt überhaupt ein Erbfeind guter Luft für Pflanzen. Abhilfe bringen Verdunſtungskörper, feucht gehaltene (aber nicht naſſe) Bodenfüllung am Blumenbrett oder Tiſch, die man auch ſehr hübſch mit beſonderen Mineralien und Geſteinsfunden verdecken kann. Außerdem ſcheint das Verſpritzen oder Verſtäuben von Waſſer im Raum (mehrmals am Tag, je nach Temperatur und Pflanzenart) oder über den Blumen unerläßlich. Man verwendet dazu die käuflichen Waſſerzerſtäuber. Sogar Kakteen ſchätzen einen leichten Sprühregen morgens in der guten Jahreszeit. In Konflikt kommen wir bei dieſer Tätigkeit mit den polierten Möbeln des Zimmers — daher mit den Blumen zum Fenſter!

Einzelne Topfpflanzen im Raum ſind überaus gefährdete Genoſſen. Wir müſſen ſie darum beſonders gut behandeln und in den ſchönen Topfhüllen keine Fußbäder ſtehen laſſen. Keramiktopfhüllen mit Durchbruchsornamentik ſind deshalb ein guter Gedanke, weil wir dann vorſichtiger gießen, des guten Tiſches oder Bodens halber!

Überhaupt das Gießen! Es iſt ja die Frage für den Anfänger im Blumenpflegen. Und doch kann man ſo ſchlecht Rat dafür geben: Gefühlsſache! Ein bißchen Beobachtung und Einfühlung und man weiß, wer Waſſer nötig hat und wer nicht. Im allgemeinen ſei feſtgehalten: Reichlicher gießen wird man müſſen in warmen Räumen und in der Zeit des ſtärkeren Wachstums (Januar, Februar bis Juli, Auguſt — in der 2. Jahreshälfte Vorſicht!). Größeren Waſſerbedarf haben die Pflanzen während des Blühens. Dagegen muß man vorſichtig werden nach dem Verblühen, ja die Töpfe faſt ganz trocken halten im ungeheizten Raum, im Winter oder während einer Ruheperiode, die manche Pflanzen gerade nach dem Blühen brauchen, z. B. Gloxinien, die Calla, der Weihnachtskaktus (Epiphyllum) und andere Kakteen. Regelmäßigkeit des Gießens iſt eine Hauptſache, z. B. darf eine Zimmertanne (Araucaria excelsa) nie richtig austrocknen (könnte das Waſſer nicht mehr aufnehmen. Wenn man auch bei den meiſten

Pflanzen an der Beſchaffenheit der Erde ſehen kann, ob ſie Waſſer verlangen, bleibt doch die beſtimmtere Feſtſtellung das Befühlen (unter der oberſten Schichte mit dem Finger). Das Gießen in den Unterſatz iſt eine gefährliche Angewohnheit und ſollte nur bei außerordentlich waſſerbedürftigen Pflanzen gemacht werden. Zu leicht wird das Waſſer nicht ganz aufgenommen, bleibt ſtehen und verhindert den Luftzutritt. Die Erde wird dann ſauer und die Wurzel muß faulen, die Blätter werden gelb. Man gießt am beſten die Erde neben der Pflanze, nicht ins Herz oder auf die Knolle (Alpenveilchen!). Das beſte Waſſer iſt Niederſchlagswaſſer. Unerläßlich erſcheint es vor allem für Azaleen, Kamelien, Eriken, auch Alpenveilchen. Waſſerleitungs- und Brunnenwaſſer ſollte wenigſtens abgeſtanden ſein (wenn möglich unter freiem Himmel), und im Winter eher wärmer als in Zimmertemperatur gegeben werden. Das Enthärten von Waſſer hat ſich als zwecklos erwieſen. Das Gießen von Kakteen iſt eigentlich kein Kunſtſtück. Es hängt ſehr vom Standort und der Überwinterungsmöglichkeit ab. Im allgemeinen brauchen Kakteen gar nicht ſo wenig Waſſer, wie man ihnen immer nachſagt. Phyllokakteen (Blattkakteen), Epiphyllum (Chriſtkaktus) müſſen ſogar verhältnismäßig feucht gehalten werden. Gerade an Kakteen iſt es ein Vergnügen zu beobachten, wie ſie uns zu verſtehen geben, was ſie an Waſſer brauchen. Im Spätherbſt und Winter wollen ſie wenig, man ſieht, wie da die Erde lange feucht bleibt, wie die Sproſſen etwas ſchlaff werden, der Glanz der Stacheln verſchwindet. (Kakteenliebhaber überwintern ihre Kakteen ſogar ſtets im kühlen Raum und trocken gehalten.) Aber im Frühjahr, da tun ſie eines Tages einen Ruck, ſtellen ſich ſtrammer wie die Soldaten, und der oberſte Stachelkranz beginnt mit ſeinem Farbenſpiel. Dann darf man ihnen ruhig Waſſer geben, ebenſo während des Blühens; dagegen zeigt ſich nach der Blüte deutlich ein Ruhebedürfnis, auch in der Waſſeraufnahme. Die anderen Sukkulenten, die Aloen, Agaven, Fetthennen, Eſcheverien, Wolfsmilchen ſind ähnlich ſchwache Waſſerverbraucher und auch ſonſt ähnlich in ihren Anſprüchen.

Es ſei nun verſucht, für die Auswahl der Topfpflanzen einige Hinweiſe zu geben und Beſonderheiten der einzelnen Gewächſe anzudeuten.

Im ausgeſprochen warmen Raum (bis zirka 20 Grad Celſius) gedeihen noch:

Roter Aronſtab (Anthurium Scherzerianum) will halbſchattigen Stand, etwas empfindlich.

Zierſpargel (Asparagus Sprengeri, plumosus etc.) wollen keine direkte Sonne, ſonſt ſehr dankbar und einfach in der Pflege.

Schildblume (Aspidistra) läßt ſich ungefähr alles gefallen.

Schiefblätter: Begonia rex = Königsſchiefblatt, feuchte Wärme und etwas halbſchattig; Begonia semperflorens = Immerblühende Begonie, ſehr dankbar, feuchte Wärme und etwas halbſchattig; Knollenbegonien blühen im Sommer, ziehen im Winter ein, vertragen keine grelle Sonne, aber luftigen Stand.

Grünlilie (Chlorophytum), ſehr dankbar und anſpruchslos, auch im halbſchattigen Stand.

Riemenblatt (Clivia), ſehr dankbar, am beſten in unverändertem Stand am Fenſter das ganze Jahr über.

Buntblatt (Coleus), viel Feuchtigkeit, ſonniger Stand, etwas empfindlich.

Drachenbaum (Dracaena), auch für ziemlich dunklen Stand, als Einzelpflanze geeignet.

Chriſtusdorn (Euphorcia splendens und fulgens), für ſonnigen Stand, auch in trockener Zimmerluft.

Farne aller Arten, beſonders für Wintergärten. Brauchen viel Luftfeuchtigkeit und kein grelles Licht oder Sonne.

Gloxinien empfindlich gegen direkte Lüftung, Sonnenbeſtrahlung uſw.

Heliotrop wollen hellen, aber nicht zu warmen Stand.

Palmen wollen halb warmen Stand ohne Zug, gleichmäßiges Gießen uſw.

Fleißiges Lieschen (Impatiens-Balsamine) will ſonnigen Stand.

Paſſionsblume für Südfenſter, auch zur Berankung geeignet, auch für Balkon.

Schlitzblatt (Philodendron), bei ruhigem Stand ſehr beſcheiden.

Judenbart (Saxifraga sarmentosa), äußerſt dankbare Ampelpflanze.

Tradescantia: die roten ſchätzen Luftfeuchtigkeit, grüne und beſonders die buntblättrigen (zebrina) vertragen faſt alles.

Für das mäßig warme Zimmer (zirka 7 bis 12 Grad Celſius) eignen ſich die vorher angeführten, außerdem:

Zimmerakazien Acacia lophanta, floribunda, eignen ſich); wenn ſelber aus Samen gezogen, weniger empfindlich.

Zimmerahorn (Abutilon) will ſonnigen Stand.

Amaryllen =Zwiebelpflanzen der verſchiedenſten Gattungen, meiſt empfindlich; am dankbarſten und einfachſten zu ziehen: Vallota purpurea; will hellen Stand am Südfenſter das ganze Jahr durch.

Aralia, harmloſe Blattpflanze, will nicht zugigen und nicht vollſonnigen Stand.

Zimmertanne (Araucaria excelsa) will Halbſchatten und gleichmäßige Feuchtigkeit (nie austrocknen laſſen!).

Calla = Tütenblume, Aronſtab, iſt eine Sumpfpflanze, will viel Waſſer, braucht jährlich eine Ruheperiode: am beſten im Herbſt einziehen laſſen und in kühlem, froſtfreiem Raum überwintern, im März wieder antreiben, nicht zu warm halten!

Rankende Glockenblumen (Campanula fragilis oder Máyi), dankbare ſtändig blühende Ampelpflanzen.

Alpenveilchen (Cyclamen), heller Stand, keine Zugluft.

Gummibaum (Ficus elastica), heller Stand, ſorgfältig gießen!

Geranien — kultiviert werden:
Pelargonium zonale = Gürtelpelargonien
Pelargonium peltatum = Efeupelargonien
= die bekannten Balkonpflanzen, aber auch für helle Fenſter geeignet.

Pelargonium dipetalum = engliſche oder Edelgeranien mit gezähnten Blättern und großen Blüten, empfindlicher erſt mehrjährige Pflanzen, blühen voll und ſchön.

Orchideen für den fortgeſchrittenen Blumenpfleger (nicht beſonders ſchwierig in der Kultur).

Primeln, beſonders bekannt primula obconica = Giftprimel, ſehr dankbare Blüher (lila und weiß), für halbſonnigen Stand, viel Waſſer; primula sinensis fimbriata = Chineſiſche Primel, blüht in allen Farben, ſehr dankbar, geringer Waſſerverbraucher.

Zimmerlinde (Sparmánnia africána), will hellen Stand ohne Zugluft, eventuell leichten Schatten.

Pflanzen für das kalte, froſtfreie Zimmer:

Schmucklilie (Agapanthus) am beſten am offenen Fenſter.

Azaleen, eigentlich keine Zimmerpflanzen. Weiterkultur bringt nur unter günſtigen Verhältniſſen blühende Exemplare.

Kamelien, ſehr anſpruchsvoll, nicht alle Jahre umtopfen, regelmäßig gießen, während des Knoſpenanſatzes nicht verſtellen!

Pantoffelblume (Calceolaria), für luftigen, kühlen Oſt- oder Weſtraum.

Winteraſter (Chrysanthemum indicum), niedrige Sorten kann man jahrelang in kühlen Räumen zur Blüte bringen, im Winter einziehen laſſen.

Aſchenblumen (Cinerarien), brauchen viel Waſſer und Luft, einjährig.

Nelken, „Winternelken", für das Zimmer geeignet, heller Stand.

Spindelbaum (Ephonymus), für dunklere Ecken und milde Wärme.

Fuchſien, geringer Waſſerbedarf, halbſchattiger Stand mit etwas Luftfeuchtigkeit.

Hortenſien (Hydrangea), eigentlich keine Zimmerpflanzen, viel Waſſer.

Myrte, Stand dicht am Fenſter und im Sommer im Freien.

Palmlilie (Yucca-Arten), ſehr widerſtandsfähig, auch an halbdunklen Stellen.

Pflanzen, die warme und trockene Zentralheizungsnähe vertragen, ſind:

Aloe arborescens bei hellem Stand.

Saxifraga sarmentosa = Judenbart, Ampelpflanze.

Tradescantia zebrina = buntblättrige Ampeltüte. Ampelpflanze.

Kakteen und die anderen Sukkulenten (= von succus, ſaftig, fleiſchig).

Kakteen ſind mit ihren zirka 1400 Vertretern ein Kapitel für ſich und gehören je nach Art gepflegt. Die meiſten wollen ſonnigen hellen Stand am Südfenſter.

Phyllo-Kakteen = Flügel- oder Blattkaktusarten und Epiphyllum = Gliederkaktus oder Weihnachtskaktus vertragen keine volle Sonne und haben auch ſonſt andere Bedingungen. Über das Gießen und Umtopfen ſiehe oben und unten.

Aloen, meiſt wie Kakteen zu behandeln. Volles Sonnenlicht nötig.

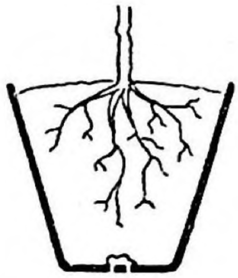
Agaven wollen kühlen, aber ſehr ſonnigen Stand.

Eſcheverien wie Kakteen, beſonders hübſch Escheveria retusa blüht um Weihnachten ſehr hübſch und wochenlang.

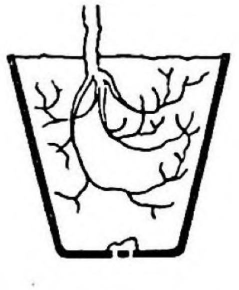
Messembrianthemum-Arten; bekannt und hübſch iſt die Mittagsblume mit leuchtendroten oder bronzefarbenen Blättern. Wollen warmen, ſonnigen Stand und mäßige Feuchtigkeit.

Sedum- oder Crassula-Arten ſind eigentlich Freilandpflanzen, können aber ſehr raſch gezogen werden und werden daher mit oder für Kakteen verkauft. Wollen hellen, kühlen Stand und wenig Waſſer.

Es ſpielt mit eine grundlegende Rolle für das Gedeihen von Zimmerpflanzen, in welcher Erde ſie ſtecken. Ein- bis zweimaliges Umtopfen, am beſten im Frühjahr oder Herbſt, wird geboten erſcheinen. Eine Sonderſtellung nehmen in dieſer Beziehung Palmen ein, die das Umtopfen ſehr ſchlecht vertragen. Es genügt, jüngere nur alle 2 Jahre und alte alle 4 bis 5 Jahre umzuſetzen und nur ab und zu oben friſche Erde nachzugeben. Die Beſchaffung neuer Erde bedeutet für den Haushalt ohne Garten meiſt einige Schwierigkeit. Es bleibt das einfachſte, ſie beim Gärtner für die jeweilige Pflanzenart zu kaufen. Von der richtigen Miſchung hängt natürlich viel ab; um ſie ſelbſt finden zu können, bedarf es einer Kenntnis über Anſprüche und Herkunft der Gewächſe, was wiederum eine äußerſt intereſſante Angelegenheit, beſonders in der Anwendung auf den praktiſchen Fall wäre. Eine gut geeignete Erde erſpart viel Arbeit und iſt gleich die beſte Löſung der Düngerfrage. Eine leichte Beimengung von Hornſpänen für Blatt- und Blütenpflanzen, und die ganze Angelegenheit iſt mit einemmal getätigt und ein weiteres Nachhelfen mit Kopfdüngung eigentlich unnötig, da Erde und Hornſpäne gut für ½ Jahr und länger vorhalten und man ſo die Pflanzen am wenigſten ſtört. (Man kann Hornſpäne auch auf die Erde des Topfes ſtreuen und mit einem Stäbchen untergraben oder, als Jauche aufgebrüht, geben.) Das Umtopfen ſelber iſt eigentlich nicht nach einer ſchriftlichen Anweiſung zu erlernen. Betrachtet man den Wuchs einer Pflanze und hält ſich vor Augen, wie die alte Erde ohne Beſchädigung durch neue ungefähr erſetzt werden ſoll, werden ſich die Griffe finden. Wenn es auch meiſt nötig erſcheint, den neuen Topf (ein ganz ungebrauchter muß eine Woche gewäſſert werden, da er ſonſt dem Topfballen zu viel Waſſer entzieht) größer zu wählen, hüte man ſich doch vor zu großen Töpfen (beſonders bei Kakteen uſw.). Es ergibt ſich eigentlich ſchon aus dem Anblick, welche Topfgröße zu einer Pflanze paßt. Die Pflanzenwurzel hat ein richtiges Luftbedürfnis und muß immer wieder raſch an die Topfwand kommen können, ſonſt kann die ganze Pflanze nicht gedeihen. Daraus erhellt die Notwendigkeit, poröſe, ſaubere Tontöpfe zu verwenden oder Holzkübel, aber keine Keramik- oder Blechgefäße. Ein kleiner Topf erhöht auch eher die Blühwilligkeit einer Pflanze. Sind ſchlechte Wurzeln vorhanden, ſchneidet man ſie aus und nimmt den Topf dann ſogar kleiner als vorher. — Nie ſollte man eine Wurzel nach oben aufbiegen — man kann ſehr lange ſpiralig aufdrehen. Auch ohne Erde, alſo hohl zu liegen, darf eine Wurzel nicht kommen, ſie fault ſonſt. Man kann mit einem Stöckchen nachhelfen, um die Erde in alle Hohlräume zu bringen. — Zweckmäßig iſt es — vor allem bei Kakteen — eine Scherbe auf das Loch des Topfbodens zu legen, damit der Waſſerabzug nicht verlegt wird, und den Topf nur bis einfingerbreit unter den Rand zu füllen, damit das Gießwaſſer gefaßt werden kann (ſiehe Abbildung).



richtig gepflanzt



falſch:
Wurzel aufgebogen
zu hoch gefüllter Topf
Pflanze nicht in der Mitte

Kakteen haben ſehr brüchige Wurzeln und müſſen deshalb ſehr vorſichtig von der alten Erde befreit werden; da dieſe im trockenen Zuſtand leichter abgeht, iſt es günſtig, die Töpfe 2 Tage vorher ſchon nicht mehr zu gießen, abweichend von den meiſten anderen Pflanzen, bei denen gerade auf eine gute Durchfeuchtung des Topfballens zu achten iſt. Auch nach dem Verpflanzen kann es bei den Kakteen günſtig ſein, ſie erſt 2 Tage ſpäter anzugießen, weil die verletzten Wurzeln weniger leicht faulen. Bei ſehr empfindlichen Kakteen hilft dagegen auch eine Beimengung von Holzkohlenpulver zur Erde. Pflanzen mit beſonderem Luftbedürfnis an den Wurzeln (Sukkulenten, Orchideen) kann man unten im Topf eine Art Drainage aus Topfſcherben und Sand geben oder Ziegelbrocken in die Erde miſchen (bei Kakteen z. B. günſtig). Nach dem Umtopfen ſind die Pflanzen eine Zeit vor direkter Sonne zu ſchützen, vorſichtig zu gießen, eventuell öfter zu überſpritzen. — Wenn man die Erdvorräte ſeines Gartens zur Topfpflanzenkultur verwendet, iſt beſonders auf gutes Abgelagertſein der Erden zu achten. Eine Miſchung von Kompoſt-, Miſtbeet-, Laub- und Raſen-, auch Gartenerde mit entſprechend Sand iſt in den meiſten Fällen verwendbar. Die genauere Abſtufung ergibt die Kenntnis der Pflanzenart. Sand macht Erde lockerer, aber dürftiger (daher für Kakteen mehr Sand und Ziegelbrocken oder Kalkſchutt). Bei Phyllokakteen und Epiphyllen geben wir zur Erdmiſchung Baummulm, da ſie eigentlich Baumbewohner ſind. Torfmull (möglichſt den entſäuerten) verwendet man als Beimengung für Heidepflanzen (Azaleen, Heidekraut, Alpenveilchen).

Kleine Pflegearbeiten, die ab und zu getan ſein wollen, ſind: Das Lockern der Erde im Topf mit einem Holzſtäbchen, ebenſo das Abwaſchen von Blattpflanzen zirka alle 2 Wochen mit einem Schwamm, eventuell Seife und klarem Waſſer hinterher. Zu warnen iſt vor Brauſebädern unter der Badezimmerduſche! Dagegen iſt es in der warmen Jahreszeit ſehr günſtig, die Pflanzen in warmen Regen zu ſtellen. Überhaupt wäre eine „Sommerfriſche“ im Miſtbeet oder an einem windgeſchützten, halbſchattigen Platz im Garten eine herrliche Erholung für Zimmerpflanzen aller Art (eine Ausnahme machen dabei Palmen, denen die Umſtellung ſchlecht bekommen kann). Der Übergang muß allerdings mit etwas Vorſicht gemacht werden. Man ſenkt die Pflanzen gerne etwas ein, damit ſie gleichmäßigere Feuchtigkeitsbedingungen haben und überhaupt beſſer mit der Erde in Berührung kommen.

Treten Schädlinge oder Krankheiten an Topfpflanzen auf, wird man ſich in erſter Linie nach Fehlern im Standort, der Erde und den anderen Pflegebedingungen fragen und auf Abſtellung ſinnen, ſpezielle Bekämpfungen helfen meiſt nur vorübergehend, z. B. treten Läuſe faſt immer als Folge zu ſtarker Temperaturſchwankungen und ſchwacher Lüftung auf. Man kann ſie wohl vorübergehend immer wieder los werden durch Abwaſchen mit Schmierſeifenlöſung uſw., aber — ſie kommen auch prompt wieder, kann man die Urſache nicht abſtellen uſw. Schildläuſe und Schmierläuſe kratzt man am beſten von Zeit zu Zeit mit einem Stäbchen ab, um ſie ſo „klein“ zu halten.

Die Vermehrung und Anzucht verſchiedener Zimmerpflanzen im Haushalt läßt ſich beſonders einfach aus Stecklingen oder Ablegern bewerkſtelligen. Geeignet ſind dafür: Geranien aller Arten, Fuchſien, fleißiges Lieschen (= Impatiens Sultani), Hänge-Tradeskantie (= Ampeltüte), immerblühende Begonie, Nelken, Chryſanthemen, Zimmerlinde und -ahorn, Heliotrop, Evonymus (Spindelbaum), Aralie, Buntblatt (Coleus), ſogar Gummibaum (ficus elastica) und Myrte, ebenſo die meiſten Sukkulenten, wie Kakteen uſw. Man ſchneidet mit einem ſcharfen Meſſer ein zirka fingerlanges Stück (mit mehreren Augen) dicht unter einem Auge (= Knoſpe im Grunde jedes Blattſtieles) leicht ſchräg ab, nimmt eventuell ein oder mehrere Blätter weg und ſteckt es in ſandige, humusarme Erde in ein kleines Töpfchen (Kakteentopfgröße), oder mehrere Stecklinge in ein flaches Kiſtchen, Tonſchale, eventuell auch größeren Topf mit ausreichend Drainage. Sie müſſen warm und gleichzeitig feucht gehalten werden, d. h. von direkter Sonne geſchützt ſein. Ein Hilfsmittel zur Erzeugung feuchter Luft, die beſonders nötig, iſt das Überſtülpen eines größeren Glaſes (aber Luftzutritt ermöglichen!). Es gibt nette, kleine Glaskäſten für Kakteen, die natürlich auch hierfür noch ſchöner wären. — Sind die Stecklinge, je nach Pflanzenart, nach mehreren Tagen oder Wochen durchgewurzelt, pflanzt man ſie in einen entſprechend großen Topf, der je nach Wüchſigkeit der Pflanze wieder gewechſelt werden muß. Ein rechtzeitiges Entſpitzen der Triebe ergibt buſchige Pflanzen. Die beſte Zeit zur Stecklingsvermehrung ſind Frühjahr und Herbſt (Auguſt-September).

Myrte und Gummibaum werden in einer Flaſche mit Waſſer zur Bewurzelung gebracht, ebenſo Oleander.

Bei Kakteen, Aloen, Echeverien und anderen Sukkulenten läßt man die meiſt ſehr kurzen Stecklinge erſt einige Tage (bis Wochen) eintrocknen und ſteckt ſie dann kaum oder ſchwach (durch Stöckchen geſtützt!) in ſandige Kakteenerde. Sie wurzeln ſo viel beſſer an. Dabei ſollte man Phyllokakteen uſw. nicht am Grund eines Gliedes ſchneiden, ſondern in der breiten Mitte.

Von Judenbart (Saxifraga sarmentosa), Grünlilie (Chlorophytum) braucht man nur die kleinen Ableger auf die Erde ſetzen, ſo wachſen ſie an. Bei der Schildblume (Aspidistra), Clivien, Zierſpargel uſw. kann beim Umſetzen ganz einfach der Stock in mehrere Teile geteilt werden. Die Anzucht der Zimmerpflanzen aus Samen wird in den meiſten Fällen zu umſtändlich ſein; iſt jedoch ein Frühbeet oder kleiner Treibkaſten vorhanden, kann ſie bei einfacheren Kulturen viel Spaß machen.

Noch etwas über die Treiberei von Blumenzwiebeln. Hyazinthen, Tulpen, Narziſſen, Krokus, Scilla (Blauſtern) uſw. können wir leicht im Haushalt ſelber treiben, Hyazinthen am einfachſten, ganz ohne Erde in den dafür käuflichen Gläſern, ebenſo Krokus und die Treibnarziſſen auf flachen Schalen mit Steinchen und Waſſer. Beſſer gedeihen alle Treibzwiebeln in Erde. Die Zwiebeln kauft man am beſten ſchon im September. Als Erde eignet ſich gut verrottete, ſchwach humoſe, kräftige Erde. Als Töpfe ſollten immer ſchon benützte Verwendung finden. Die Zwiebeln werden einzeln bei Hyazinthen, zu mehreren bei den anderen Treibzwiebelarten, ſo tief in die Erde geſtopft, daß ſie gerade noch herausſehen. Hierauf müſſen ſie eine Ruhezeit durchmachen von mindeſtens 6 bis 10 Wochen; am beſten ſtellt man die Töpfe in ein leeres Miſtbeet oder gräbt ſich im Garten ein Loch, und bedeckt ſie dann 20 bis 30 Zentimeter hoch mit Erde und ſchützt ſie vor Froſt. Man kann ſie auch in einer Kiſte mit Erde in den Keller bringen oder ſchließlich dort ganz ohne Erddecke, aber dunkel, ſtehen laſſen. Das gleiche gilt von Hyazinthen auf Gläſern (Waſſer darf nur bis 1 Zentimeter unter den Zwiebelboden reichen). Das Antreiben der Knoſpen (Wurzeln haben ſie indes gemacht) erfolgt dann erſt im ſchwächer temperierten Raum und dunkel, ſpäter im wärmeren, z. B. Wohnzimmer zwiſchen Fenſtern. Die Dunkelheit erzeugt man durch Überſtülpen einer lichtdichten Papiertüte. Erſt, wenn die Blüte beginnt, Farbe zu zeigen, darf ſie Licht haben, um ſich voll zu entfalten, ohne „ſitzen" (= kurz) zu bleiben. Je kühler getrieben wird, deſto langſamer geht es, aber deſto gedrungener bleiben die Pflanzen. Bei normaler Zimmertemperatur brauchen Hyazinthen zirka 4 bis 6 Wochen. Das Gießwaſſer ſoll immer wärmer als die Temperatur des Raumes ſein und reichlich gegeben werden. In den Gläſern muß man es alle Wochen erneuern. Die Haltbarkeit der Blüten hängt ſehr von der Temperatur des Raumes ab. Auch direkte Sonne beſchleunigt raſches Abblühen, beſonders bei Tulpen und Krokus.

Fenſter- und Balkonkäſten — Der Küchenbalkon

Sie können nicht nur den Pflegern zur Freude gereichen. Jeder Vorübergehende hat ein koſtenloſes Vergnügen daran. Mit Recht nehmen ſich öffentliche Stellen und private Vereine um die Pflege dieſes Schmuckes an und ermuntern zu ſeiner Erweiterung.

Die Käſten fertigt man zweckmäßig nicht zu groß, 20 bis 30 Zentimeter breit, 20 Zentimeter tief und bis zu 1 Meter lang, verſieht ſie unten mit Abzugslöchern für das Waſſer und Leiſten, wenn ſie aufſtehen ſollen (für ſchräge Fenſterſimſe werden letztere zweckmäßig an einer Seite höher gefertigt, damit der Kaſten horizontal zu ſtehen kommt und das Gießwaſſer nicht ſo leicht überläuft). Ein Anſtrich vermehrt die Haltbarkeit und gutes Ausſehen. Im Handel erſcheinen ſeit einigen Jahren Käſten aus zementartigen Maſſen, die ihre größere Haltbarkeit noch beweiſen müſſen. Auch eine Vorrichtung, die das unliebſame Tropfen der Käſten verhüten ſoll — ein Reichspatent — wird angeboten. Es will der Tatſache Rechnung tragen, die das Tropfen der Käſten auf Straße und Unterwohner unter die polizeilich verfolgbaren Übertretungen rechnet. Alſo Vorſicht!

Als Erde kommt, je nach Pflanzenart, eine Miſchung von Kompoſt- oder Garten-, Miſtbeet- oder Lauberde in Frage, mit einer Beimengung von Hornſpänen als Vorratsdüngung, die vollauf den ganzen Sommer über vorhält.

Die gebräuchlichſten Gewächſe für Blumenkäſten ſind von den mehrjährigen, alſo ausdauernden Pflanzen wohl: Geranien, Fuchſien und Knollenbegonien. Außerdem wären dankbar und einfach in der Kultur: Pantoffelblumen (Calceolaria rugosa), ausdauernde Margueriten (Chrysanthemum frutescens), Nelken, Heliotrop uſw.

Mit hängendem Wuchs kommen in Frage: Hängegeranien (Pelargonium peltatum), Immergrün (Vinca minor und major), Sedum Siboldii (ein Mauerpfeffer, auch „Oktoberle“ genannt), eventuell Cymbelkraut (Linaria Cymbalaria) und die buntblättrige Gundelrebe Glechoma hederacea fol. var.), die aber auch einjährig kultiviert werden können uſw. Für ſchattige Lagen kommen in Frage: Fuchſien, Begonien (auch die immerblühende), Zierſpargel, Immergrün uſw.

Als mehrjährige Rankgewächſe für Balkonkäſten zur Bildung von Wänden eignen ſich: Epheu (beſonders für ſchattige Lage), der klimmende Knöterich (Polygonum Aubertii) für Halbſchatten, der wilde Wein, die blaue Paſſionsblume (Passiflora coerulea) und andere mehr.

Dieſe ausdauernden Gewächſe kann man am beſten direkt im Kaſten überwintern. Zirka Mitte Oktober bringt man ſie vor den Nachtfröſten ins Treppenhaus oder einen kühlen, möglichſt auch hellen Raum in Sicherheit, bis ſie eingezogen haben, d. h. ihre Blätter verlieren (alſo wenig oder kaum gießen!) Dann können ſie in den Keller oder ſonſt einen froſtfreien Raum zum Überwintern kommen. Alles Faulende wird vorher weggeputzt, eventuell zu lange Triebe eingekürzt. Es geht auch an, ſie direkt vom Fenſter weg in den Keller zu bringen, nur ſollte er dann reichlich Licht haben. Man wird die Käſten nun ſehr trocken halten — aber nicht direkt vertrocknen laſſen. Für Lüftung der Keller muß beſonders in froſtfreien Zeiten geſorgt werden, ebenſo für das Ausputzen vergilbter, faulender Blätter. Kann oder will man nicht die ganzen Käſten überwintern, topft man die Pflanzen im Oktober ein und behandelt ſie ſpäter genau ſo wie die Käſten. Dieſe Ruhepauſe im Winter bekommt ihnen eigentlich beſſer als das Weiterkultivieren in temperierten Räumen, beſonders wenn dieſe nicht ſehr hell oder zu warm ſind. Zeigen die Pflanzen im Februar, März neues Leben, bekommen ſie wieder mehr Waſſer und werden in friſche Erde verſetzt. Dabei iſt ein gründliches Zurückſchneiden meiſt am Platz (Geranien z. B. wirft man auf ein ganz kurzes Gerüſt zurück, es kann ruhig nur ein Drittel überbleiben, beſonders bei jüngeren Pflanzen). Sie bleiben dann gedrungen und buſchig und ein Kaſten erſcheint mit wenig Gewächſen gefüllt. Bis Mitte Mai hält man ſie in einem temperierten Raum, vielleicht innerhalb der Fenſter, für die ſie beſtimmt ſind, oder im Treppenhaus uſw. — Wer für die alten Pflanzen im Winter über keinen Platz hat, kann ſie auch wegwerfen und dafür rechtzeitig im Auguſt-September neue aus Stecklingen ziehen, die er allerdings dann in einem kühlen, hellen Raum überwintern muß. Man beläßt die Stecklinge ruhig bis zum Frühjahr, bis ſie größer zu werden beginnen, in den kleinen Stecklingstöpfen oder wo man ſie ſonſt bewurzeln ließ und gießt ſie möglichſt ſchwach. Hauptſache iſt ein Platz dicht am Licht und Froſtſchutz.

Von den einjährigen Blühern bevorzugt man heute beſonders die Petunien oder Kapuzinerkreſſe als Hängegewächſe vor Geranien. Außer ihnen eignen ſich je nach Zweck des Kaſtens: Lobelien, Studentenblumen (Tagetes patula nana), Ageratum, Schöngeſicht (Coreopsis tinctoria nana), Löwenmaul (Anthirrhinum majus nanum und pumilum), geſternte Phloxblume (Phlox Drummondii), Portulakröschen, Chineſiſche und Hedwigsnelken. Iſt die Froſtgefahr vorbei, kauft man beim Gärtner pikierte Pflanzen, wenn man ſie nicht ſelber in Kiſtchen anziehen will oder kann (ſiehe Hausgarten), und pflanzt ſie in gute Erde (wie oben). Ein Ausbrechen des Gipfeltriebes iſt bei den meiſten dann ſehr am Platze, da ſie dann eher buſchig werden und ihre Kraft nicht in der erſten Blüte verſchwenden.

Rankende, einjährige Gewächſe, die eine ſchöne Laube oder Wandbekleidung abgeben ſind: Kapuzinerkreſſe, Glockenwinde (Cobaea scandens), Prunkwinde (Ipomoea), bunte Feuerbohnen, Duftwicken (Lathyrus odoratus), japaniſcher Hopfen (Humulus japonicus) uſw. Sie werden entweder gleich in die Käſten geſät, anfangs Mai, oder in Töpfen vorgezogen und nach den Eisheiligen ausgepflanzt, unter freien Himmel gebracht und rechtzeitig mit einer Stütze zum Ranken verſehen.

Wer ſchon zeitig im Frühjahr Blumen im Kaſten haben will, z. B. auf einem Balkon oder einer Gartenterraſſe, kann Stiefmütterchen, Bellis, Vergißmeinnicht und Treibzwiebel (Tulpen, Narziſſen. Blauſterne uſw.) dafür verwenden und ſpäter nochmals bepflanzen (wie oben).

Die Pflege der Balkonkäſten iſt eigentlich im weſentlichen nicht anders als die der Topfpflanzen. Schon bei der Auswahl der Bepflanzung achte man vor allem auf die Bedingungen, die die Gewächſe bekommen (Sonnenbeſtrahlung, Wind uſw.) An ſehr ſonnigen Fenſtern und bei heißem Wetter wird man vielleicht zweimal gießen müſſen. Im Frühjahr, ſo lange es nachts kalt iſt, wird man möglichſt nicht abends, ſondern früh gießen. Das rechtzeitige Ausputzen verblühender Blumen vermehrt die Blühmöglichkeit der Pflanzen ſehr.

Zur beſonderen Freude werden Balkonkäſten auf dem einzigen Balkon einer Mietswohnung. Durch Anbringen von Glaswänden für die kühlere Jahreszeit oder Überdachung kann hier das „Gartenglück“ oft ſehr verlängert und ausgebaut werden. Es gibt reizende Muſterbeiſpiele von beſonderen Blumenliebhabern, die ſich in ihrer Naturbegeiſterung nicht kleinkriegen ließen und gegen alle Hinderniſſe eine paradieſiſche Ecke hoch oben in Mietskaſernen ſchufen.

Küchenbalkon

Sogar zur Bereicherung der Küche kann ein Fenſterkaſten, ein Kiſtchen auf dem Balkon, etwas beitragen. Die Kultur von Schnittlauch in Töpfen, beſſer Käſten, iſt gewiß nichts Neues, ebenſo der Einſchlag von Peterſilienwurzeln (Schnittpeterſilie!) zur Gewinnung von friſchem Grün in Kiſtchen mit Erde. Beide können natürlich auch im Winter in der Küche ſelber am Fenſter gezogen werden.

Andere Küchenkräuter, die ſich für die Kultur in Töpfen, beſſer Käſten, eignen, welche der Liebhaber der vegetariſchen Küche und Rohkoſt ſchätzen wird, ſind: Baſilikum, Thymian und Liebſtöckel von den ausdauernden, Gartenkreſſe, Dill, Boretſch, Bohnenkraut, eventuell auch Kerbel von den einjährigen. Liebſtöckel (Levisticum officinale) muß aber auch jährlich oder öfters geſät werden wie die einjährigen.

Der Garten als erweiterte Wohnung

Gewöhnlich rechnen wir den Garten nicht gerade zum Begriff „Wohnung“. Es iſt ein eigenes Ding um dieſe vier Wände, die unſeren Tageslauf umſchließen. Wir beſtimmen ſie — ſie beſtimmen uns —. Das Paradies war auch eine Wohnung — allerdings eine ohne Mängel, wie wir glauben. Unter dem Paradies ſtellt ſich keiner einen viereckigen Steinkaſten mit Unterteilungen und Gucklöchern vor, aber Wieſen, Bäume, Blumen in freundlicher Gruppierung, in harmoniſchem Einklang von Farben, Licht und Schatten. Vielleicht vergegenwärtigen ſich andere das Paradies als weite Ebene oder ſonſtwie — ich kann mich nur an Darſtellungen entſinnen, die der Inbegriff des ideal Gartenhaften ſind, nicht der heroiſchen Landſchaft. Wir ſprechen ja auch vom „Garten des Paradieſes“ — unſere erſte Wohnung war alſo ein Garten, kein Stein- oder Holzkaſten. Den haben wir uns erſt gezimmert, als uns der Engel des Herrn hinausweiſen mußte in die weite Welt mit ihren Unzulänglichkeiten, weil wir uns des Gleichmaßes der Dinge nicht für würdig erwieſen. Das Suchen nach der verlorenen Harmonie in uns und um uns, es zeigt ſich wie ein Spiegelbild an dem Gepräge unſerer Umgebung. Kein Wunder, daß man einer Wohnung anmerkt, wer in ihr wohnt und darum auch einem Garten anſieht, wer ihn geſchaffen und betreut.

Uns Bewohnern des gemäßigten Klimas von Mitteleuropa fällt da eine beſondere Aufgabe zu. Wir können nicht wie der Südländer über eine reiche, freigiebige Natur verfügen, wir müſſen in ſtändiger Fürſorge und Arbeit das Gegebene zu unterſtützen ſuchen. Freilich, das weite Land, es wäre auch ſo ſchön — oder noch ſchöner, würde mancher ſagen —, wenn es ſo bliebe, wie es ſein will. Wohin ſoll aber die Tatſache, daß wir z. B. in Deutſchland 80 Millionen Menſchen ſind, die auf dem gedrängten Raum leben müſſen, und als andere Tatſache: ſo leben wollen, wie es ihnen als Ideal vorſchwebt?

Solche Tatſachen ſind nicht umſonſt welche. Wir verlieren den Boden unter den Füßen, entziehen wir uns ihrer Realität. Darum müſſen wir uns ſchon in den Fleck Erde teilen und ihn ſo ſchön geſtalten als uns möglich iſt. Dieſes Ideal des Wohnens klingt an an die Erinnerung vom Garten des Paradieſes. — Die Aufgabe heißt alſo für den Großteil der Deutſchen: Wie mache ich ein kleines Stück Land, wenn ich überhaupt in ſeinen glücklichen Beſitz komme, zu einem wohnlichen Fleck Erde? Dafür wollen die nächſten Zeilen Geſichtspunkte geben.

Geſtaltung des Gartenraumes

Stellen wir uns einmal vor, wir fänden uns allein auf einer weiten Ebene oder auf der grenzenloſen Fläche des Meeres. Wir können ſie als groß und gewaltig erleben, aber — befällt uns daneben nicht das Gefühl der Angſt vor der Unermeßlichkeit und unſerer eigenen Kleinheit? Das gegenteilige Empfinden trifft uns in einem dichten Tannenwald oder einem kleinen, engen Raum. Wir glauben dann erdrückt zu werden. Der Ausgleich der beiden Extreme erſcheint uns, im behaglichen Raum, im wohnlichen Gartenraum. Die abwechſlungsreiche Landſchaft des Mittelgebirges z. B. hat an und für ſich etwas Gartenhaftes. Hier iſt es der gefällige Wechſel von Wald und Wieſe, Feld und Gebäuden, an denen das Auge haften bleiben kann. Im Garten iſt es die Gruppierung von Gehölzen, Raſen, Blumen und was von den Baulichkeiten mitſpricht. Form und Farbe, Grundriß und Aufriß tragen ihr Teil dazu bei und findet ſich alles in Harmonie, haben wir es getroffen und zehren wieder von dem Eindruck der Umgebung, dem ſich unbewußt doch keiner entziehen kann.

Im Detail betrachtet, iſt es unglaublich intereſſant, welche Rolle dabei die Wahrnehmungsmöglichkeit oder die Täuſchung unſeres Auges ſpielt. Man beobachte nur einmal in den Villengärten einer Vorſtadt. Ein- und dieſelbe Fläche kann klein, ja beengend wirken und wiederum geräumig und frei, je nachdem wie das Haus im Garten ſteht, ob und wie Bäume und Sträucher, Beete und Wege darin verteilt ſind. In großzügigen Gartenanlagen ſpringt uns das natürlich viel raſcher ins Auge. Man vergegenwärtige ſich einmal die Raumſchöpfung in den Gärten der Barocke (z. B. Nymphenburg, Sansſouci, Schönbrunn) mit ihrer ſtreng architektoniſchen Achſenbetonung, die geradezu die Weite eines Raumes vortäuſchen will. Dagegen wieder das Bild eines engliſchen Gartens (z. B. in München, Berliner Tiergarten, Wilhelmshöhe uſw.) mit dem zwangloſen Wechſel von Gehölzgruppen, Raſen und den im Bogen geführten Wegen. Einmal iſt es das ſcharfe Umgrenzen und Gliedern einer Fläche, das den Raum hervorruft und zum geſteigerten Erleben bringt — bei kleineren Gärten wie Veitshöchheim bei Würzburg oder Mirabell in Salzburg zeigt es ſich beſonders ſchön —, das andere Mal wird durch den im Kreis laufenden Weg und eine gewiſſe Wiederkehr des Blickhinderniſſes die freie Weite des Raumes gezwungen.

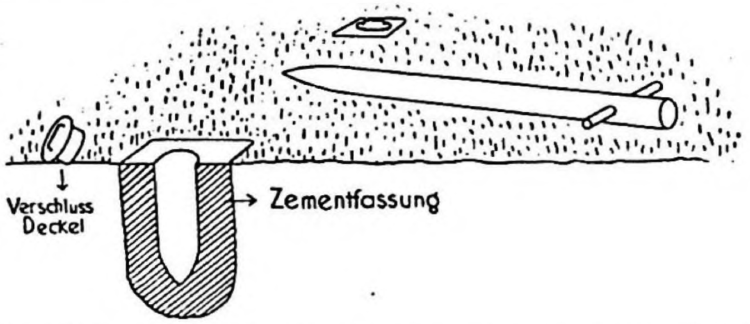
Es wäre natürlich höchſt intereſſant, dieſe Probleme in den Stilbeſtrebungen der letzten Dezennien weiter zu verfolgen. Im Garten der Gegenwart und Zukunft, der überwiegend ein Kleingarten ſein wird müſſen, ſteht die Frage der organiſchen Raumgliederung obenan. Man vergeſſe dabei nicht, daß „organiſch" hier heißen will, ſich mit den gegebenen Größen auseinanderzuſetzen, die ſind: Das Wohnhaus, der kleine Fleck Gartenland und der ſich darin bewegende Menſch als Richtſchnur und Maßſtab. Die Raumgeſtaltung ſollte bei einer Neuanlage z. B. auch Hand in Hand gehen mit der Geſtaltung des Wohnhauſes. Leider findet man es ja ſelten der Mühe wert, an den Garten mit zu denken. Bleibt zufällig vom Hausbau etwas übrig, gibt es ein paar Roſen oder Blautannen davor. Das Geld iſt knapp, ohne Zweifel, doch hängt es auch hier, wie überall, nicht nur vom Gelde ab. Es muß ja nicht alles auf einmal getan ſein, Haus und Garten in einem hin gebaut werden, aber der organiſierende Gedanke, die tragende Idee bleibt das Grundlegende und iſt die nicht vorhanden, ja, dann fehlt eben auch die Harmonie zu leicht. Meiſt merkt man den Fehler zu ſpät und ſucht ihn mit doppelt ſo großem Geldaufwand auszumerzen. Aber Geld und Idee wollen einander nicht erſetzen.

Es iſt nicht gleichgültig für den Garten und nicht ohne Belang für ein Haus und ſeine Bewohner, wo es im Grundſtück zu ſtehen kommt. Das Haus wirft Schatten, iſt aber auch Windſchutz und Strahlungsreflektor für den Garten. Bäume können einem Gebäude angenehme Kühle verſchaffen, dagegen die Innenräume zu ſtark verdunkeln oder gar feucht machen, das Dach beſchädigen uſw. Sehr zu bedenken iſt die Lage zur Straße. Baum und Hecken können Staub- und Blickſchutz bieten. Liegt der Garteneingang ungünſtig zu dem des Hauſes und den Verkehrsmitteln, wird er zum ſtändigen Ärgernis aller Beteiligten. So ließen ſich die Beiſpiele vervielfachen. Geſichtspunkte der Schönheit und Nützlichkeit können und müſſen durchaus einander Rechnung tragen. So iſt es auch mit der Verteilung des Grundſtückes in Zier- und Nutzgarten. So wie der Bauernhof nicht beſtimmt werden muß durch den Anblick ſeiner Düngerſtätte, obwohl ſie ſeine zentralſte Angelegenheit iſt und unbedingt dazu gehört, ſo braucht auch das ſtädtiſche Anweſen nicht den Kohlkopf zum Wahrzeichen haben. Saubere Gemüſebeete ſind durchaus ein hübſcher Anblick. Außen ein paar Blumenkanten herum, die kaum Platz wegnehmen, eine Staudenrabatte oder Sträucher und das ganze Bild ſieht hübſcher und gefällig aus. 10 bis 20 Kohlköpfe bedeuten keinen finanziellen Vorteil. Iſt der Platz ſehr klein, könnte man ihn friedlich den Blumen überlaſſen, ohne den Geldbeutel zu gefährden. Steht eine größere Fläche zur Verfügung, bietet ſich auch die Möglichkeit, eine das Auge erfreuende Verteilung von Nutz- und Zierland zu ſchaffen. Es ſei außer Frage geſtellt, daß dies einiges Kopfzerbrechen bedeuten kann, beſonders bei gegebenen Bedingungen der Geſamtanlage. Doch das iſt ja das Erſprießliche am Gartenbau, gerade für den Stadtmenſchen, der es meiſt mit weniger abwechſlungsreichen Dingen zu tun hat, hier vor lebendige Aufgaben geſtellt zu werden.

Gleich wie ein Haufen Ziegeln noch kein Haus ergibt, ſondern erſt die organiſierende Tätigkeit des Baumeiſters zu ſeinem Werden eingreifen muß, ſind ein paar Bäume und Sträucher noch kein Garten. Dieſer lebendige „Werkſtoff“ muß wirklich als lebend behandelt und bedacht werden, wenn es vielleicht auch ein Ideal bleibt, den ſachverſtändigen Gartenarchitekten oder Landſchaftsgärtner zu Rate ziehen zu können, was hoffentlich immer mehr Bedürfnis werden wird. Es gibt nicht ſelten Leute, die ſich ein Häuschen ſelber bauen; einfacher ſteht es mit dem Selbermachen bei einer Gartenanlage. Wir haben dem lebenden Bauſtoff des Gartens gegenüber doch etwas mehr verſtändiges und natürliches Empfinden als für den toten Stein. Die liebe Pflanze hilft ſich ſchließlich auch ſelber, was der Stein nicht kann. Dieſer Umſtand iſt entſchieden ein Glück, weiß Gott, wie „herrlich weit“ wir es ſonſt noch mit den Pflanzen brächten!

Sehen wir uns einmal um in der Natur, was ſie uns zum Gartenbau anbietet. Da gibt es Bäume großer und kleiner Wuchsform, Sträucher, welche hohe oder niedere Wände um und in den Gartenraum ziehen können oder ihn bilden, gliedern, umfaſſen (man denke nur an die Baumwände der Barockgärten) oder zum ſchützenden Gebäude — könnte man faſt ſagen — werden. Unter einer Hänge-Ulme, einer Linde, Kaſtanie uſw. finden wir ſchattigen Aufenthalt zur Sommerszeit. Andere Bäume und Sträucher wirken einzeln wie ein Monument für ſich und wieder andere umkleiden Wände und Lauben. Dann die vielen Stauden! Mohn, Ritterſporn, Dahlien und wie ſie alle heißen, ſind längſt wieder modern geworden. Auch ſie können im Sommer und Herbſt niedere Wände bilden, Hintergrund ſein oder fröhlich durch Blüten, Farben und Formen mitreden, einzeln und zu mehreren. Schließlich noch unſere vielen Sommerblumen, die allerdings nur ein Jahr dableiben, aber dafür um ſo mannigfaltiger und belebender für das Gartenbild werden. Der Raſen, die Wieſen ſind ſanfter Hintergrund und Vermittler für all die höheren Herrſchaften. Wir wollen außerdem der Steine und ihrer heute ſo ſehr geſchätzten Anwohner nicht vergeſſen. Die Trockenmauer, das Alpinum, gehören nachgerade zum guten Gartenton, übrigens auch das Waſſerbecken mit ſeiner Beſiedelung.

Außer dieſer „Inneneinrichtung“ des Gartens ſpielt natürlich das ganze Gelände und die Umgebung eine ausſchlaggebende Rolle. Eine hohe Feuermauer iſt kein gerne geſehener Hintergrund von „Gartenſchönheit“, ebenſo wenig die geſchmackloſe Faſſade einer Mietskaſerne. Aber ein See, Bach, Fluß, alte Bäume einer Allee, wenn ſie auch oft zu viel Schatten geben, eine Wieſe oder Weide, gehören mit ins Gartenbild einbezogen. Beſonders ſchätzen wir ein gewiſſes Gefälle im Gelände. Niveauunterſchiede vergrößern einen Raum außerordentlich, geben Gelegenheit Trockenmauern zu ziehen, Steingärten und Alpinen anzulegen, Waſſerbecken einzufügen uſw. Es iſt erſtaunlich, wie ſich dadurch gerade aus winzigen Grundſtücken reizende Gärten machen laſſen, die wirklich wohnlich ſind. Künſtlich erzeugte Niveauunterſchiede ſtellen ſich allerdings teuer, wie alle Erdbewegungsarbeiten. Hat man dagegen bei einer Neuanlage den Garten gleich mitbedacht und verwendet den Erdaushub des Hauſes zur Bildung einer Terraſſe, kann man faſt ohne Mehrkoſten zu einer erwünſchten Verſchönerung kommen.

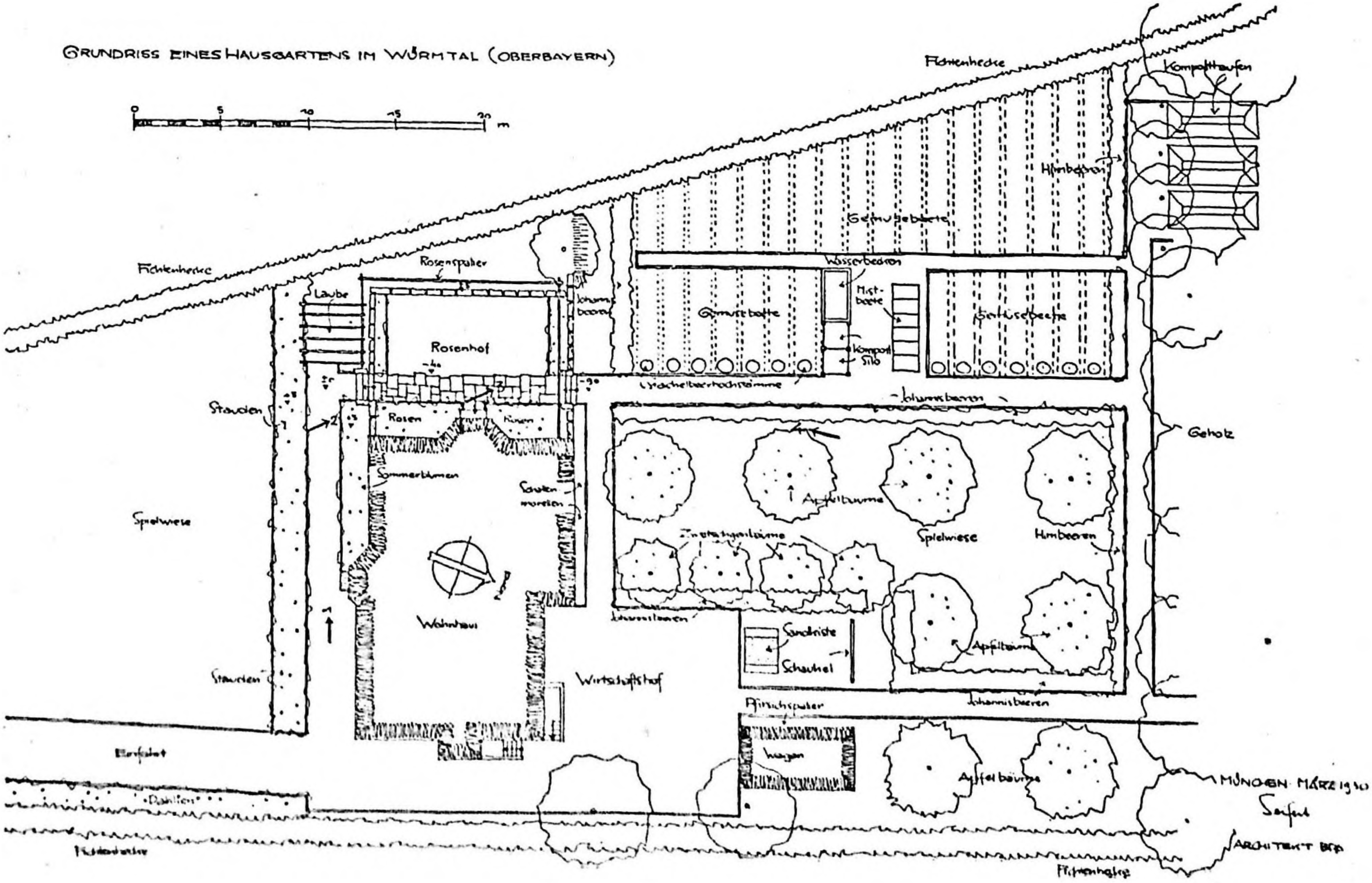


Herausnehmbare Wäſchepfähle

Durch natürliche Geländegliederung iſt z. B. auch die Anbringung verſchiedener Nutzanlagen ſehr erleichtert. Außer dem Gemüſe- und Küchengarten iſt es da vor allem der Spielplatz für Kinder, die Wäſchebleiche, ein Wirtſchaftsplatz oder die Eingliederung von Kleintierſtällen.

Als Wäſchebleiche kann jeder ſonnige Raſen dienen, welcher nicht gerade in der Hauptſchmuckanlage liegt. Man kann ſich helfen und den unſchönen Eindruck vermeiden durch herausnehmbare Wäſchepfähle, für die man Zementfaſſungen in den Boden eingießt. (Siehe Abbildung.)

Der Kinderſpielplatz (ſiehe Hausgarten-Grundriß) wird von den Kindern lieber als ſolcher gebraucht werden, wenn er in einer unbeobachteten Ecke des Gartens liegt. Manche Mutter wird dagegen ihre Kleinen gerne im Auge behalten und ihn mehr im Beobachtungswinkel ihres Tätigkeitsfeldes wiſſen. Es bleibt ſomit eine ſtrittige Frage der Erziehung, beſonders auch, ob der Spielplatz z. B. ein Planſchbecken oder Gartenbad beſitzen ſoll, Turngeräte, Sandhaufen oder Sandkiſte uſw. Sonnig ſollte der Platz außerdem beſonders im Frühjahr ſein, dagegen wieder



GRUNDRISS EINES HAUSGARTENS IM WÜRMTAL (OBERBAYERN)

0
5
10
15
20
m
Fichtenhecke
Komposthaufen
Himbeeren
Gemüsebeete
Fichtenhecke
Rosenspalier
Laube
Rosenhof
Johannisbeeren
Gemüsebeete
Wasserbecken
Mistbeete
Kompostsilo
Gemüsebeete
Stachelbeerhochstämme
Johannisbeeren
Gehölz
Stauden
Rosen
Sommerblumen
Apfelbäume
Zwetschgenbäume
Spielwiese
Himbeeren
Spielwiese
Wohnhaus
Johannisbeeren
Sandkiste
Schaukel
Apfelbäume
Stauden
Wirtschaftshof
Pfirsichspalier
Johannisbeeren
Einfahrt
Wagen
Apfelbäume
Dahlien
MÜNCHEN · MÄRZ 1930
Seifert
ARCHITEKT BDA

in der heißen Jahreszeit ſchönen Schatten beſitzen. Viel Freude macht den Kindern ein Stückchen eigenes Land, das ſie nach Herzensluſt bebauen können. Und dieſe Freude ſollte man ihnen vor allem bereiten, iſt man im glücklichen Beſitz eines Gartens. Gerade an Kindern könnte man wieder dies geſunde urſprüngliche Glück des Miterlebens in der Natur lernen und da ihnen die Zukunft gehört, wollen wir doch beſtrebt ſein, ihnen unverkürzt zu laſſen, was uns vielleicht gefehlt hat. Wer ſelbſt mit einem Garten groß geworden iſt, weiß, welche Kräfte er dieſem Erleben, ſogar als Erwachſener noch, zu danken hat. Es iſt wie ein freundlicher Glanz, der ſich über die Erinnerungen der Kindheit breitet. Nichts traurigeres, als das Bild des ſpielenden Kindes mit der Blechbüchſe im Lichthof oder hinter den vergitterten Fenſtern einer Etagenwohnung! Sollte es einen wundern, wenn ſolchen Menſchen ſpäter ein Gefühl für Harmonie und Zufriedenheit im Leben fehlt? Den Kindern alſo einen Platz im Garten gegeben, wo ſie nach Herzensluſt tun und laſſen können, was ſie wollen! Nicht daß es immer heißen muß: Daß du mir nicht in die Beete trittſt! oder: das darfſt du nicht abreißen und jenes nicht uſw. Haben die Kleinen ihren eigenen Platz, werden ſie auch ſonſt nicht ſo leicht verſucht ſein, etwas anzuſtellen — wenn ſchon nicht der ganze Garten für ſie da ſein ſoll. Eine Sitzgelegenheit in bequemer Höhe und ein kleiner Tiſch wird den Reiz des Kinderwinkels erhöhen. Ein Gartenbad oder Planſchbecken kann nicht nur den Kindern zur Annehmlichkeit werden, die ganze Familie wird ſich an heißen Tagen gerne dort einfinden. Allerdings müßte man dann einen von der Straße und Nachbarſchaft blickſicheren Punkt auswählen, bzw. ihn durch Sträucher und Bäume oder eine Glaswand dazu machen. Der Bau eines Waſſerbeckens iſt weiter nicht ſchwierig, muß nur ſachgemäß geſchehen und im Winter vor Froſtſchäden — je nach Material — geſchützt werden. Die nähere Umgebung des Planſchbeckens wird vorteilhaft durch Raſen oder Steinplatten gebildet. Badeſtrandſand hat den Nachteil, daß das Waſſer leicht verunreinigt wird. Dagegen iſt er gerade wieder ſchön als Sonnplatz und Spielgelegenheit.

Sollen in einem Anweſen Haus und Garten zur Wohnung werden, muß die Architektur den Übergang in den belebten Gartenraum genau ſo ſuchen, wie umgekehrt das Element des Gartenhaften in das bauliche Bereich übergreifen kann. Die Schlingpflanze an der Hauswand, die Blumen am und im Fenſter und ſonſt im Haus, Erker, Wintergarten, Veranda bringen den Vorſtoß von der einen Seite. Bauliche Verbindungen mit dem Gartenhaften ſchaffen Terraſſen, Pergolen, Gartenzimmer mit zu öffnenden Wänden uſw.

Gerade Terraſſen und Veranden ſind in unſerem Klima die willkommenen Vermittler für intenſive Gartenbenützung. Im Frühjahr und Herbſt iſt es die windgeſchützte Terraſſenniſche mit ein paar Korbſtühlen oder dergleichen, in der ſich die Sonne mollig fängt, wenn es anderswo empfindlich kühl iſt. In der heißen Jahreszeit ſchätzen wir dagegen die ſchattige Veranda oder Terraſſe und freuen uns ihrer ſtetigen Kühle. Ein paar Glaswände, eine berankte Gitterwand, Kübel- und Topfpflanzen helfen dieſe Annehmlichkeiten ſchaffen. Die Pergola (= Laubengang) iſt eigentlich ein Kind des warmen Südens. Wenn die neuere Gartenarchitektur wieder auf ſie zurückgreift, iſt ſichtlich eine Hand zur Verſöhnung von Bau- und Gartengeſtaltung gereicht. Der geſchmeidige Stamm einer Schlingpflanze umrankt das ſtarre Geſtein und Holzgerüſt, und beide ſpenden in Eintracht dem Schattenſuchenden Kühle. Ähnlich ſteht es mit Lauben und Gartenhäuſern. Sie ſind ja beſonders in den Schrebergärten als einziges bauliches

Element zu Hauſe. Rührend iſt es, wie da die Feuerbohne oder Prunkwinde ein dünnes Wändchen in wenigen Wochen bildet, das aber doch Schatten und Schutz genug gibt für friedliche Ruheſtunden. Gerade an Gartenhäuſern könnte man ſonſt das Verſagen der Verſtändigung zwiſchen Baukunſt und Gartengeſtaltung gut ſtudieren, denkt man an die Disharmonie der Eiſenſtangenzwinger und ſonſtiger Monſtroſitäten der 90er Jahre und weiter, und betrachtet dagegen den maleriſchen Einklang eines Gartenpavillons der Barocke oder des ſchlichten Weinhauer Häuschen mit Park oder Landſchaft.

Es ſei als Löſungsbeiſpiel moderner Gartengeſtaltung der Grundriß eines Hausgarten angeführt, der das oben Beſprochene anſchaulicher erläutern kann. Die Kunſtdrucktafeln ſtellen Abbildungen aus dieſem Garten dar.

Bevor wir auf die einzelnen Pflanzen näher eingehen, ſei noch an ſcheinbar nebenſächliche, aber doch recht wichtige Dinge gedacht.

Nebenſächlichkeiten, über die wir nicht nur hinweggehen dürfen, ſind z. B. die Wege, da ſie uns gerade oft recht viel Arbeit machen. Faſt könnte man ſagen, ſie ſind heute unmodern geworden, man verwendet lieber die Platte und den Plattenweg, weil die ſtets ſauber bleiben, kein Unkraut darauf wächſt (zwiſchen Platten allerdings ſchon!), beſſer ausſehen uſw. Manchmal wird man um den Kiesweg nicht kommen. Auch koſten Trittplatten oder Plattenwege — Solnhofner oder Sandſtein — augenblicklich meiſt mehr und müſſen ſachgemäß auf durchläſſiger Unterſchicht uſw. gelegt werden. Von Kieswegen nur ſo viel: Sollen ſie auch bei ſchlechtem Wetter gangbar ſein, muß 1 Spatenſtich tief waſſerdurchläſſiges Material: Schotter, Schlacken, Bauſchutt eingefüllt werden und oben darauf feineres, wie Kies, Sand, Löſch. Außerdem werden ſie zweckmäßig in der Mitte höher gewölbt angelegt, damit das Waſſer ablaufen kann. An den Seiten ſorgt man bei Gelände mit reichlich Tagwaſſeranfall für Rinnen aus Zement oder zuſammen zementierten Steinen (gibt ſonſt Unkraut-Schlupfwinkel!). Kiesplätze und -wege werden zweckmäßig öfter gründlich aufgerecht oder gekratzt, weil ſich der Kies raſch in den Boden eintritt oder verſchlammt. Man muß deshalb von Zeit zu Zeit auch neuen Kies geben. Die Unkrautbekämpfung iſt am einfachſten mit der Ziehhacke (ſiehe Abbildung) und Rechen, am gründlichſten mit der Hand und Meſſer bei feuchtem Boden. Unkrautgifte ſollten nirgends dort aufgeſchüttet werden, wo Baumwurzeln unter dem Weg laufen können, und in gutem Abſtand von Raſen und Beeten. Einmaliges Aufgießen genügt meiſtens nicht, außerdem könnte man um den gleichen Geldaufwand einen Arbeiter zum Putzen einſtellen.

Hübſch können auch Raſenwege ſein. Sie müſſen ebenfalls auf durchläſſigem Untergrund angelegt werden. Wichtig iſt die Auswahl des Saatgutes und ſtändiges Kurzhalten mit der Raſenmaſchine. Sie wirken vermittelnder und weicher als Kies und Plattenwege im Gartenbild, machen nur häufig mehr Arbeit und eignen ſich nicht für ſtark begangene Wege.

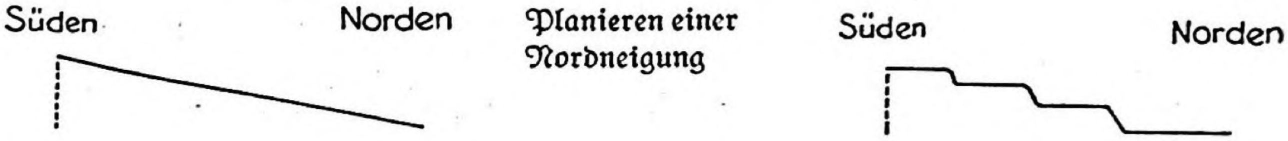
Zum „Werkſtoff" des Gartens gehören auch Gartenbänke, -ſchirme, Plaſtiken und Standvaſen. Je beſſer ſie ſich dem Ganzen einfügen, um ſo eher tun ſie guten Dienſt; wenn erſtere nebenbei noch bequem und gemütlich, letztere ſchön ſind, können wir ſie gerne begrüßen. Im übrigen ſind ſie reſtlos Geſchmacksſache.

Diskutabler iſt dagegen die Umzäunungsfrage. Es kommt dabei ſehr auf die geſamte Anlage und ihre Umgebung (Sicherheit) an, außerdem auf Dauerhaftigkeit des Materials auf längere Sicht hin, ſchließlich auf die Preisunterſchiede, auch bezüglich der Beſchaffungskoſten an dem jeweiligen Platz. 2 bis 3 Meter hoher Maſchendrahtzaun an einzementierten Eiſenpfoſten langgezogen, dürfte ſich am billigſten ſtellen. Zur erhöhten Sicherheit kann man oben Stacheldraht anbringen, aber nicht im Abſtand vom Gitter, da er ſonſt eine geeignete Handhabe für Klimmzüge wird. Um Blick- und Windſchutz zu haben, müßte man eine Hecke vorpflanzen oder das Gitter mit Rankgewächſen verkleiden. Heckenpflanzungen koſten natürlich ſchon einiges, nehmen Platz weg und geben Schatten — dafür ſind ſie ein oft erwünſchter Hintergrund und beherbergen Vögel aller Art. Staketenzäune, an Zementpfoſten aufgeſtellt, ſind gut haltbar, aber nicht billig und auch etwas durchſichtig. Holzbretterwände kommen durch geringe Dauerhaftigkeit teurer, ſehen auch nicht gut aus, ſind dagegen Windſchutz und zur Bekleidung mit Spalier geeignet. Mauern werden meiſt der hohen Anſchaffungskoſten halber nicht gebaut werden können, obwohl ſie natürlich viele gute Eigenſchaften hätten.

Allgemein gegebene Bedingungen durch Klima, Lage und Boden und ihre Verbeſſerung

Bei der Auswahl der Pflanzen für einen Garten bleiben wir an der Frage hängen: Gedeihen ſie bei mir oder nicht? So einfach läßt ſich darauf nicht Antwort finden, denn es ſpricht vielerlei mit herein. In der Regel wird man ſich nach dem Ortsüblichen richten können, aber es iſt noch nicht geſagt, ob es auf einem neu angelegten Grundſtück z. B. gedeiht. Außerdem ſieht man öfter Gewächſe, die man halt auch gerne hätte, über die man keine Erfahrungen aus der Nachbarſchaft einholen kann. Das Klima, im allgemeinen betrachtet, gibt uns noch nicht den richtigen Maßſtab. Freilich iſt allerlei geſagt mit der Niederſchlagshöhe, der durchſchnittlichen Jahrestemperatur. Dennoch: Es iſt erſtaunlich, wie anpaſſungsfähig Pflanzen ſein können, wie gerade Abkömmlinge der wärmeren Gebiete ſich in rauheren Gegenden behaupten, ſind ſie von Jugend auf dort gezogen. Umgekehrt iſt es oft viel ſchwieriger, das merkt man an alpinen Pflanzen, denen dann neben der gewohnten Abkühlung die reine Luft fehlt. Es iſt weiterhin überraſchend, die Entdeckung zu machen, wie gerade im Hausgarten durch Gebäude, Bäume uſw. in jeder Ecke des Gartens ein anderes „Klima" anzutreffen iſt, wie es nur darauf ankommt, die geeigneten Pflanzen jeweilig dafür zu finden, oder wie wir durch allerlei Kunſtgriffe die Bedingungen ſchaffen können, die gebraucht werden. Ein praktiſches Beiſpiel: Es gibt eine Reihe von Stauden, die volle Sonne nicht vertragen. Wir verwenden ſie für Beete, die vom Haus oder im Sommer durch Bäume und Sträucher Schatten haben. Dagegen können wir für ſehr wärmebedürftige Pflanzen, z. B. Tomaten, die geſchützte Ecke vor einer Bretterwand oder Mauer verwenden. Reflektiertes Licht und Wärme ſpielen eine große Rolle für Kulturbedingungen. Sie werden auch neben Waſſerflächen deutlich verſpürt. Wenig bekannt iſt, wie die Pflanzen im Winter oft mehr unter der Sonne leiden, als unter Kälte. Die ſtarke Temperaturſchwankung, die Unmöglichkeit, Waſſer aus dem gefrorenen Boden zur Verdunſtung aufzubringen, laſſen ſie vertrocknen. Wir helfen ihnen durch ein vorgeſtelltes Brett uſw.

Eine bekannte Rolle ſpielt die Neigung und geſamte Lage eines Grundſtückes für das Fortkommen von Pflanzen. Liegt ein Gelände den rauhen Winden offen, der Wetterſeite, wie wir ſagen (meiſt Nordweſt), ſind wir nicht erfreut. Es iſt nicht nur die Abkühlung, die Kraft des Windes als ſolche, die an den Baumkronen uſw. zauſt, es iſt vor allem das Fehlen der Bodendünſte, die ſonſt das Blattwerk umſpülen mit Feuchtigkeit, Kohlenſäure uſw., und ſo von der bewegten Luft ſtändig fortgenommen werden. Eine extrem abgeſchloſſene Lage iſt natürlich auch wieder kein Vorteil. Friſche Luft ſoll es ſchon bleiben. Künſtlichen Windſchutz ſchafft man ſich durch Bäume, Hecken, Mauern oder günſtige Stellung des Hauſes. Die Neigung eines Grundſtückes kann zum Vorteil werden, wenn ſie ein noch bequem zu bebauendes Gefälle aufweiſt und die Sonnenſtrahlen fängt, alſo nach den ſonnigen Seiten hin liegt. Ein Nord-, Nordweſt- und Nordoſt-Gefälle kann man herausplanieren durch kleine Stufen im Land (ſiehe Abbildung), eine Mühe, die ſich durch raſches Abtrocknen, Aufgehen der Saaten und beſſeres Gedeihen lohnt.



Planieren einer Nordneigung

An Südhängen fürchtet man das Vertrocknen und Ausbrennen durch die Sonne. Wir müſſen trachten, den Boden in eine Beſchaffenheit zu bringen, in der er Feuchtigkeit gut hält. Wo die Sonne ſtark einſtrahlt, ſind in rauhen Lagen die Früh- und Spätfröſte gefährlich, weil die Ausſtrahlung nachts der Einſtrahlung entſpricht, die Abkühlung alſo verhältnismäßig größer wird. Terraſierung kann hier helfen (Weinberge!), ebenſo die Erhaltung der Feuchtigkeit begünſtigen und das Abſchwemmen von Boden verhindern. Kurzum: Der wirkliche Gartenfreund wird ſich immer irgendwie zu helfen wiſſen und mit der Zeit erfinderiſch werden. Abgeſehen von extremen Fällen lautet die Frageſtellung nicht: Gedeiht die Pflanze bei mir?, ſondern: Wie richte ich es ein, daß ſie gedeiht!? Er bedarf dafür gewiſſer Aufmerkſamkeit und Einfühlung von ſeiten des Betreuers, doch iſt es gerade das Freudegebende an der Gartenkultur: Hinderniſſe erkennen und überwinden. Die Pflanzenwelt bietet uns eine reiche Auswahl von Gewächſen, die beſcheiden in ihren Anſprüchen ſind, oder für dies oder jenes Vorliebe haben. Wir müſſen nur nach dem Richtigen greifen und nicht gleich mit dem Schwierigſten anfangen.

Neben Klima und Lage erſcheint maßgebend für die Auswahl von Kultur- und Wildgewächſen der Boden, und was von ihm abhängig iſt. Die Pflanze iſt ja faſt wie ein Teil des Bodens, und darum nimmt es uns auch nicht wunder, auf beſtimmten Böden beſtimmte Pflanzen zu finden. Sie gehören eben zu einander. Der Gärtner erlaubt ſich da allerlei an Eingriffen zu ſeinen Gunſten. Er darf ſich nicht verwundern, wenn die Sache dann manchmal nicht reſtlos funktioniert, z. B. wenn er einen Bewohner der Sumpfwieſen in Sandboden ſtopft und umgekehrt. Wir haben ſchon bei den Topfpflanzen verſucht, uns zu vergegenwärtigen, worauf es, im Detail beſehen, ankommt, um das Wachstum zu unterſtützen. Es iſt natürlich im Garten das gleiche. Faſt alle Kulturgewächſe wollen einen „guten" Boden. Das gut iſt ein dehnbarer Begriff, der die Mitte zwiſchen den Extremen bezeichnen will, die alle dort zuſammenwirken und auftauchen, wo wir von „gutem Boden" reden. Sie ſind kurz umriſſen, folgende:

Sand und Ton — die Miſchung beider heißt Lehm, der auch wieder ſandiger oder bindiger ſein kann.

Außerdem gibt es Böden mit überwiegend Kalk- oder Humusgehalt (Heide-, Wald-, Moorboden).

Zu trockener oder zu naſſer Boden: Trocken iſt ein Boden, der alles Waſſer durchläßt und nicht hochheben kann (Sandboden). Tonerde und Humus haben die Eigenſchaft das Waſſer zu halten, dadurch verbeſſern ſie den Sandboden. Zu große Näſſe entſteht bei zu hohem Grundwaſſerſtand, wenn der Untergrund alſo nicht durchläſſig iſt und das Niederſchlagswaſſer in geringer Höhe ſtehen bleibt. Abhilfe muß durch Entwäſſerung (= Drainage) geſchaffen werden. Stehende Bodennäſſe, die auch übermäßige Säuerung hervorruft, welche den Kulturpflanzen ſchädlich iſt, iſt zu erkennen an verſchiedenen hartſtengeligen Unkräutern und ſcharfen Gräſern (Schilf), die dann die Fläche beſiedeln.

Armer und ſogenannter fetter, nahrhafter Boden. Sand und Kies bezeichnet man als arm, da ſie den Pflanzen wenig zu bieten vermögen. Fetter Boden hat lehmigen Charakter, er enthält viel „Humus“ (= verrottende Pflanzenteile, Miſt uſw.). Die in Abbau begriffenen Subſtanzen bieten den Pflanzen die Grundlage zum Wachstum. Humus und Lehm können auch die frei werdenden Stoffe, die bei Sand weggeſchwemmt werden, ſpeichern.

Hell oder dunkel erſcheint das Erdreich je nach Zuſammenſetzung. Überwiegend Sand oder Kalk laſſen es hell ausſehen, dunkel wird es meiſt von Humus.

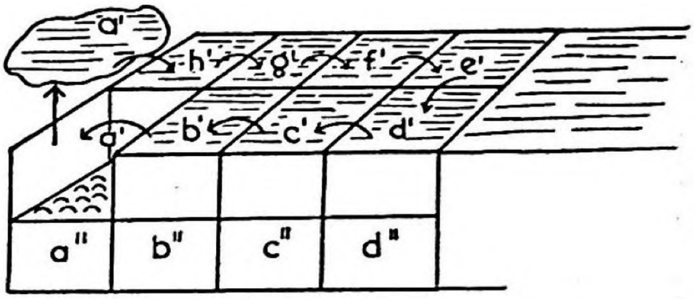
Warmer oder kalter Boden. Warm wird er durch die Eigenſchaften des Humus, deſſen dunkle Farbe kann die Sonnenſtrahlen beſſer aufnehmen und feſthalten; außerdem wird bei der Umſetzung Wärme frei. Zu hoher Feuchtigkeitsgehalt entzieht durch die fortwährende Verdunſtung der Umgebung (= Boden und Pflanze) die Wärme.

Locker (auch luftig) oder feſt wird das Erdreich vom Sand- oder Tongehalt. Jeder weiß, wie klebrig Ton, auch Lehm ſein kann und wird ſich vorſtellen, wie ſchwierig es iſt, ein Mittelding zwiſchen dem dichten Gefüge des Tons und dem lockeren des Sandes zu erzeugen. Dieſe Arbeit können eigentlich nur die vielen kleinen Weſen im Boden leiſten, und das wieder nur, wenn ſie dort etwas für ihr Leben vorfinden, nämlich verwesbare Teile (= Pflanzen- oder tieriſche Subſtanzen). Aber dann helfen ſie alle zuſammen: Was die unſichtbaren kleinen Pilze abbauen, holen ſich Pflanzenwurzeln und Würmer zur Nahrung oder Lehm und Humus ſpeichern es einſtweilen auf. Pflanzenwurzeln und Tiere durchbohren die Erde kreuz und quer, ſprengen neue Geſteinsteile, ſchaffen ſo Raum für die Luft im Boden. Die Würmer, vor allem der Regenwurm, miſchen das Ganze durcheinander, ebenſo größere Tiere, welche hinter ihnen drein wühlen. Dann kommt noch das Waſſer als Beförderer von oben nach unten und unten nach oben, und erſt gar, wenn es zu Eis gefriert und dabei mehr Raum einnehmen will, ſprengt es alles kurz und klein. So iſt ein ſtändiges Leben und Weben da drunten in der Erde, zu dem alle Reiche beitragen: Das mineraliſche, das tieriſche, das pflanzliche und — der Menſch. Der Landwirt ſpricht wohlgefällig von einem „krümeligen“ Boden, weil er weiß, wie darinnen die Pflanzen gedeihen können, wie viel müheloſer er zu bearbeiten iſt als feſter, klebriger, toter, wie er nicht beſorgt ſein muß um das Vertrocknen und Verhungern der Pflanzen, weil die Erde Waſſer und Nahrung im Vorrat halten kann, und anderſeits bei lang andauerndem Regenwetter nicht ſo feſt wird und genug Luft zu den Wurzeln dringen kann.

Bodenbearbeitung

Hat unſer Boden nicht von Anfang an ſolche ſchöne Eigenſchaften, dürfen wir ihm das nicht verübeln, ſondern emſig den Spaten in die Hand nehmen und im Herbſt oder Frühwinter ſo umgraben, daß der Froſt gut ſeine Arbeit leiſten kann: Auf rauhe Scholle, dies heißt: Die Stiche werden nicht zerteilt, die Erde wird nicht frei gemacht, damit die Oberfläche rauh bleibt und ſo die Angriffsfläche für den Froſt größer iſt. Wollen wir uns an die Neuanlage eines Staudenbeetes oder von Obſtgehölzen uſw. machen oder ein ſehr verunkrautetes Stück gründlich ſäubern, lockern wir den Boden zweckmäßig auf 2 Spatenſtichtiefe und mehr. Man nennt dieſe Art der Bodenbearbeitung das Rigolen. Es macht ſehr viel mehr Mühe und Arbeit als gewöhnliches Graben des Landes, iſt aber manchmal unerläßlich. Zur Vereinfachung dieſer Arbeit teilen wir das in Frage kommende Stück der Länge nach in 2 Teile, und dieſe wieder in meterbreite Streifen (ſiehe Abbildung).

Das Rigolen



Die Erde von a^1 wird vor h^1 gelegt, dann auf die zweite Spatenſtichtiefe in dem ſo entſtandenen Graben a^2 gelockert. Nun kommt die Erde von Breite b^1 auf a^2 und b^2 wird gegraben uſw. Für h^1 wird a^1 zum Schluß eingefüllt. Man kann in der oberen Schichte Miſt einbringen. Verkehrt wäre es aber, ihn in die Unterſchichte zu geben, weil er dort zu wenig Luft zur Verrottung vorfindet, daher die Kleinlebeweſen dort nicht an der Umſetzung tätig ſein können, ſondern abſterben. Miſt, der nicht umgeſetzt werden kann, erfüllt ſeinen Zweck nicht (im Gegenteil kann er ſogar zu Pflanzengift werden). Es iſt auch aus demſelben Grunde ein Unding, die lebendigere Oberſchicht mit der toten Unterſchicht zu wechſeln. Man erreicht damit gerade das Gegenteil von Bodenverbeſſerung.

Im Frühjahr machen wir dann das Land mit einer Hacke oder noch beſſer dem Kreil (ſiehe Abbildung Gartengeräte) an der Oberfläche beweglich; um aber die Wirkung des Froſtes durch unnützes Feſttreten nicht zu zerſtören, legen wir ein Brett über das Land, das wir nach dem Glattmachen der Erde nach rückwärts mitnehmen, immer nur eine bequeme Hackbreite weit, hacken von da aus und ſinken ſo kaum in den Boden ein. Das Bearbeiten von Erdreich in zu feuchtem Zuſtand wäre auch ein Fehler, der meiſt erſt wieder durch die Froſtwirkung des nächſten Jahres gut gemacht werden kann. Erneutes Umgraben iſt im Frühjahr nicht am Platze, da die Erde zu ſtark austrocknet, was beſonders in niederſchlagsärmeren Gegenden um dieſe Zeit ſehr von Bedeutung iſt. Im März-April treten häufig Trockenperioden auf.

Bereiten wir das Land für Ausſaaten vor, müſſen wir es mit dem Rechen gleich noch (nach jeder Hackbreite) feiner machen. Die Samen dürfen ja nicht tief in die Erde, wollen aber zum Keimen vor allem Feuchtigkeit, die ſie im dichter liegenden, feinen Erdreich beſſer bekommen können. Auch kann im glatt gezogenen Land die Sonne gleichmäßiger auf alle Samen einwirken, und wir wollen doch ein gleichmäßiges Aufgehen der Saaten erreichen. Bei ſtark bindigem Boden hüte man ſich vor feſtem Andrücken der Samen wegen Kruſtenbildung. Der Rechenrücken iſt in dieſem Falle zweckmäßiger, bei ſandigem Boden dagegen die Schaufel oder ein Brett. Zum Bepflanzen wird das Land nur für Schmuckbeete beſonders glatt ſein müſſen, andernfalls genügt das Feinmachen mit dem Kreil — man muß es allerdings heraußen haben!

Kaum ſind die erſten Pflänzchen zu ſehen, kann auch ſchon wieder das Hacken einſetzen. Am einfachſten und beſten zieht man mit einer Ziehhacke (ſiehe Abbildung Gartengeräte) flach durch die Erde. Es braucht nur die oberſte Kruſte zerſtört werden, damit wieder mehr Luft eindringen kann und vor allem die Waſſerverdunſtung unterbunden wird. Das Grundwaſſer ſteigt in den feinen Röhrchen des Bodens hoch bis zur Oberfläche. Durch das Hacken werden die Poren verſchüttet und das Waſſer bleibt unten an den Wurzeln, ſo lange bis die gelockerte Erde ſich zuſammenſetzt und das Waſſer wieder ſeinen Weg bis zur Oberfläche findet. Durch das Ziehhacken wird auch das aufkeimende Unkraut gerade an der empfindlichſten Stelle durchgeſchnitten. Da dieſe Arbeit wirklich raſch getan iſt, kann man ſie ſo oft wie möglich ausführen. Sie kommt allerdings hauptſächlich für Reihenſaaten und -pflanzungen in Frage, wie wir ſie vorwiegend im Gemüſe- und Obſtbau finden. Im Ziergarten greifen wir zu einem kleinen Herzhäckchen und lockern zwiſchen den Pflanzen. Das Unkraut jäten wir beizeiten, beſonders zwiſchen den Pflanzen in den Reihen, damit es uns nicht überwuchert. Und ſo geht es den ganzen Sommer weiter: Rechtzeitig gehackt und gejätet bedeutet tatſächlich die halbe Arbeitsleiſtung und iſt das Geheimnis einer auskömmlichen und erfreulichen Gartenpflege. Nur der Regen kann uns einen Strich durch die Rechnung machen, denn das Ziehhacken z. B. hat keinen Zweck, wenn der Boden feucht iſt und das herausgeriſſene Unkraut nicht von ſelber vertrocknen kann. Wir nehmen dieſe Arbeit darum auch am beſten vormittags vor. Iſt ein Boden recht verkruſtet und feſt geworden von Regengüſſen und Hagel, müſſen wir auch im Sommer tiefer hacken, um den Pflanzen an der Wurzel Luft zu verſchaffen. Beſonders die Obſtgehölze ſind dabei nicht zu vergeſſen. Sind in einer Gegend Trockenperioden zu fürchten, ſollte man mit dem Hacken über Anfang bis Mitte Juli hinaus vorſichtig ſein. Die Pflanzen holen ſich das Waſſer und, was darinnen gelöſt iſt, vor allem mit den feinen Saugwurzeln aus dem Boden, die hauptſächlich unter der Oberfläche verlaufen und beim Hacken leicht beſchädigt werden können, oder durch ſtärkere Durchlüftung noch mehr dem Austrocknen preisgegeben ſind.

Hand in Hand mit der Bodenbearbeitung muß die Düngung zur Kultivierung des Bodens beitragen. Nur das Wichtigſte davon: Wirkliche Bodenverbeſſerer, weil Humuslieferanten, ſind die verſchiedenen Stallmiſtarten. Ihre Wirkung iſt je nach Tierart und Streu verſchieden:

Pferdemiſt hitzig und trocken, Schweinemiſt naß, aber gut verwendbar, Kuhmiſt mild und ausgeglichen, vielſeitig brauchbarſter Dünger (auch gelöſt und zirka 4 Wochen durchgegoren, als „Kopfdünger", beſonders für Topfpflanzen, willkommen). Geflügelmiſt ſcharf, wenig humusgebend, daher am beſten in Regenwaſſer aufgelöſt (wie Kuhmiſt verwendet).

Für die meiſten Zwecke iſt gemiſchter Stallmiſt im Hausgarten der brauchbarſte. Als Streu ſchätzen wir am meiſten kurzes Stroh in jedem Miſt.

Von der Verwendung von Fäkalien oder Abtrittsdünger als einzigem Dünger iſt entſchieden abzuraten. Im Nutzgarten hat er ſchlechten Geſchmack uſw. der Gemüſe zur Folge, im Ziergarten verminderte Farbenſchönheit der Blüten und anderes mehr.

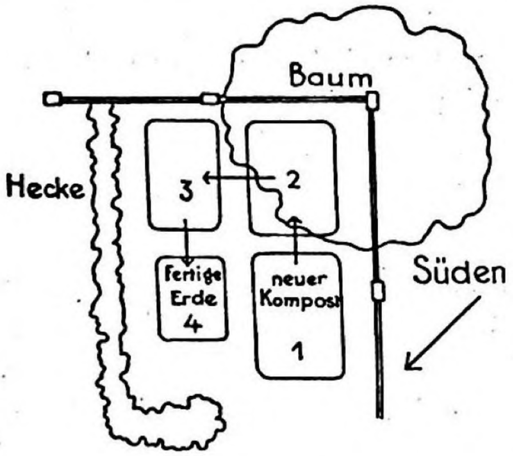
Der Miſt wird entweder im Herbſt flach untergegraben oder zu einem feſten Haufen aufgeſetzt, mit Erde abgedeckt und im Frühjahr nach der Bepflanzung zum Abdecken des Landes verwendet. Das Land bleibt davon gleichmäßig feucht, es ſetzt ſich weniger Unkraut an und der Boden wird lockerer als von direkt untergegrabenem Miſt.

Gartenkompoſt: Er ſollte in jedem, auch dem kleinſten Hausgarten geſammelt und erzeugt werden, denn man kann ihn nirgends kaufen, und doch iſt er der brauchbarſte und ſchönſte Bodenverbeſſerer, beſonders für Blumenbeete, überhaupt im Ziergarten und für die Erzeugung geeigneter Topfpflanzen- und Miſtbeeterde unerläßlich. Mit Recht nennt man ſeit jeher den Kompoſthaufen die „Sparbüchſe“ des Gartens. Woraus entſteht die Kompoſterde? Alle Abfälle des Gartens, der Küche, Laub, Straßenabzug, wenn ſie verweslicher Natur ſind, ſollen auf den Kompoſthaufen wandern. Glasſcherben, Steine, Holz, Schlacken, Büchſen ſind keine verwesbaren Abfälle — wohlgemerkt!

Auch iſt es nicht zweckmäßig, ausdauernde Wurzelunkräuter, ebenſo ſamende Unkräuter, ſowie Kohlſtrünke von kohlherniekranken Pflanzen, ſchwarzfaule Äpfel uſw. mitzuſammeln. Die dürfen in die Abfalltonne. Wollen wir aus all den brauchbaren Überreſten ohne Verluſte möglichſt bald ſchöne, geſunde Humuserde haben, müſſen wir die Sache auch mit Verſtand anpacken, denn ſo ohne weiteres Abfälle in einen Winkel werfen, heißt noch nicht Kompoſtpflege treiben. Der Haufen wird möglichſt faſt viereckig oder rund geſchichtet (man hilft eben von Zeit zu Zeit bei dieſer „Schichtung“ nach), alle 40 Zentimeter kann man etwas Ätzkalk dazwiſchen ſtreuen, damit die Umſetzung beſſer vor ſich geht. Verrottung kann nur einſetzen bei feuchten Subſtanzen. Wir trachten darum, den Kompoſthaufen ſtets gleichmäßig feucht zu halten: Entweder bringen wir ihn ſchon gleich in einer ſchattigen Ecke an, oder decken ihn mit Tannenreiſig oder Torfmull ab und ſchichten das neu anfallende Material von Zeit zu Zeit dazu. Im 2. und 3. Jahr kann die Beſchattung durch Bepflanzung mit Kürbis oder Gurken erzielt werden. Der Kompoſt braucht nämlich zirka 3 Jahre, bis er gut abgelagert und verwendbar wird. Jedes Jahr ſollte er 1- bis 2mal, im Winter und Sommer, umgeſetzt werden, damit mehr Luft zukommt und alles durchgemiſcht wird. Wir müſſen alſo ſchon ein größeres Plätzchen für unſere Kompoſtwirtſchaft opfern, damit wir die einzelnen Jahrgänge von einander getrennt halten können. Das Verfahren rentiert ſich aber auch tatſächlich, ſonſt würde es nicht jeder Fachkundige anwenden. Aus nebenſtehender Abbildung wird die Umſatz-Technik erſichtlich ſein. Es iſt natürlich von Vorteil, den neuen Haufen immer vorne dran zu haben und die fertige Erde ſo zu legen, daß ſie jederzeit mit einer Schubkarre leicht weggeholt werden kann.

Zur Durchfeuchtung und beſſeren Durchſetzung kann man den Kompoſthaufen ab und zu Jauchegüſſe geben, auch Fleiſchwaſſer uſw. darauf gießen. Ebenſo iſt Teichſchlamm aus Waſſerbecken eine brauchbare Beigabe. Während des Sommers ſind Kompoſthaufen von Unkraut frei zu halten.

Vor der Verwendung wirft man die Kompoſterde zweckmäßig durch ein Wurfgitter. Weiteres über Verwendung folgt in den einzelnen Teilen über Blumenpflege, Gemüſe- und Obſtbau.



Kompoſtanlage

Beſondere Kompoſtarten, die vor allem für Topf- und Miſtbeetkultur Bedeutung haben: ſind:

Raſenerde: Aus abgeſtochenen Raſenziegeln oder -ſoden erzeugt. Behandlung wie oben.

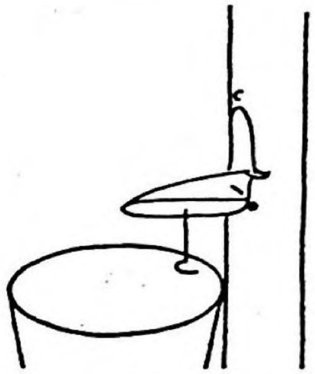
Lauberde: In größeren Gärten iſt es vorteilhaft, das Laub extra zu verkompoſtieren (mit Erde abgedeckt). Dieſe Erde iſt beſonders geſchätzt für Gehölze, bei der Pflanzung aller Heidegewächſe, Topfkulturen uſw. Erzeugung wie oben.

Miſtbeeterde: Wird aus dem ganzen Aushub der Miſtbeetpackungen gewonnen. Sie iſt daher noch lockerer und tätiger als gewöhnlicher Kompoſt oder Raſenerde und ſieht meiſt auch dunkler aus. Behandlung wie oben, kann allerdings meiſt ſchon eher verwendet werden. Man kann ſich Miſtbeeterde auch durch die Verkompoſtierung von Miſt erzeugen.

Torfmull: Iſt eigentlich kein Dünger. Er findet heute viel Verwendung wegen ſeiner Eigenſchaft, Waſſer und Nährſtoffe feſtzuhalten; wird daher bei Neupflanzungen von Gehölzen, Stauden, Steingärten, wo die Gefahr des Austrocknens ſtark mitſpricht, angewandt, beſonders in ſandigen Böden. „Lebendiger" kann er den Boden allerdings nicht machen. Für feſtere Böden erſcheint ſeine Anwendung darum auch nicht günſtig. Seiner fäulniswidrigen Eigenſchaften wegen nimmt man ihn gerne bei der Stecklingsanzucht. Es ſollte im Garten aber nur der ſogenannte Sphagmumtorf (= Moostorf) gebraucht werden, weil er geringere Säuremengen, als die für Ställe uſw. verwendete Torfſtreu enthält. Verſtärkte Säuerung iſt im Kulturboden nicht erwünſcht. Moor- und Heidegewächſe ſind gewöhnt auf torfigem Grund zu wachſen, z. B. Rhododendron, Azaleen, Alpenveilchen uſw.

Die Bewäſſerungsfrage wird ſchon beim Ankauf eines Grundſtückes akut. Beſteht die Möglichkeit, zufällig Oberflächenwaſſer (ein Stück Bach, Fluß oder Seeufer) mitzubekommen, ſollte man ſich das nicht entgehen laſſen: 1. Wegen des landſchaftlichen Reizes für das Gartenbild, 2. als gutes Gießwaſſer. In der

Regel wird man allerdings zufrieden ſein müſſen, billigen Anſchluß an die Waſſerleitung zu bekommen. Man bedenke dabei gleich die ſpätere Gießarbeit und wie viel Mühe geſpart iſt, liegen die Zapfſtellen günſtig. Beſonders bei Anlage eines Miſtbeets und Gemüſegartens iſt auf praktiſche Einrichtung in dieſer Beziehung zu ſehen. Leitungs- oder Quellwaſſer ſoll unbedingt vor der Verteilung abſtehen und daher in Fäſſern (können alte Bier- oder Weinfäſſer ſein) oder Baſſins geleitet werden. Das beſte Waſſer — das haben Erfahrung und Verſuch bewieſen — iſt das Regenwaſſer. Man ſollte daher jede Gelegenheit nützen, es zu ſammeln. Sehr einfach iſt das Anbringen von Klappen an den Ableitungen der Dachrinnen mit einem Faß darunter (ſiehe Abbildung).



Man muß nur rechtzeitig öffnen und ſchließen, um Überſchwemmungen zu vermeiden. Über die Verteilung des Waſſers ſei feſtgeſtellt, daß ſie der natürlichen Bewäſſerung durch Regen ſo nahe als möglich kommen möchte, um gut zu ſein. Die einfachſte Art im Hausgarten iſt die mit der Gießkanne, zu welcher man zweckmäßig Brauſe und Anſatzrohr anſchafft (ſiehe Abbildung Gartengeräte). Das Sprengen mit dem Waſſerſchlauch iſt eigentlich eine herzloſe Angelegenheit, die keiner, der etwas für ſeine Pflanzen übrig hat, auf die Dauer durchführt. Das Leitungswaſſer kommt unabgeſtanden und kalt auf die Pflanzen und, was das Ungünſtigſte iſt: mit ſtarkem Druck. Die Erde wird von den Wurzeln geſchwemmt und kruſtig und hart. Die Geduld, mit einer Verteilungsdüſe ſo lange an einer Ecke zu ſtehen, bis die Pflanze genügend Waſſer hat, bringt doch keiner auf, und ſpritzt trotz Feinſtrahldüſe direkt auf die Opfer los. Feſtſtehende Verteiler ſind in dieſer Beziehung ein Vorteil. Sie ſind unter dem Namen „Raſenſprenger" oder „Standregner" im Handel und werden für verſchiedenſten Waſſerdruck bzw. Röhrenſtärken geliefert (ſiehe Abbildung Gartengeräte).

Bei ſehr kleinen Ausführungen (ſchwacher Druck erlaubt keine großen) kann nur eine kleine Fläche berieſelt werden. Man hat verhältnismäßig viel Mühe mit dem häufigen Umſtellen der Regner. Auch zählt der Transport naſſer und ſandiger Gartenſchläuche nicht zu den Annehmlichkeiten des Daſeins. Richtige große Regenanlagen werden für Hausgärten meiſt zu teuer kommen, obwohl ſie beſonders mit Fluß- oder Seewaſſer geſpeiſt, dem zeit- und arbeitsſparenden Ideal der Bewäſſerung am nächſten kommen. Über die beſte Zeit des Gießens ſei noch erwähnt, daß ſie auf keine beſtimmte Tagesſtunde feſtgelegt werden kann. Im Frühjahr, ſo lange es nachts kalt und eventuell Froſt zu fürchten iſt, und im rauhen Klima wird man beſſer vormittags gießen, um die Abkühlung nicht noch zu vergrößern. In den heißen Sommerszeiten, milden Lagen und womöglich noch leichtem, ſandigem Boden, wo der nächtliche Tau an und für ſich ſchon gering anfällt, wird abendliches Gießen das Zweckmäßigſte ſein. Es liegt auf der Hand, daß eine unvermittelte Abkühlung durch Gießen in praller Sonnenhitze kein Vorteil für die Pflanzen iſt. Dagegen kann man aber nicht ſagen, ein Angießen unter Mittag iſt immer verkehrt. Es kommt hier wie überall auf den Fall an — im Garten kann man ſchon überhaupt nichts über einen Kamm ſcheren! Auch die Menge des zu gebenden Waſſers richtet ſich vollkommen nach den Umſtänden. Die Methode des „Wenn ſchon, denn ſchon" wird die vorteilhafteſte ſein. Man gießt deshalb auch größere Pflanzen in der Regel mit dem Rohr und überbrauſt nur Ausſaaten, kleine pikierte Pflanzen, friſch bepflanzte Zierbeete, wenn die Gefahr des Abſchwemmens der lockeren Erde gegeben iſt. Hat man eine Kultur einmal angefangen zu bewäſſern, ſollte man auch gleichzeitig damit fortfahren. Auf die Verſchiedenheiten, die ſich im einzelnen nach Pflanzenart uſw. ergeben, wird in den ſpeziellen Teilen noch etwas hingewieſen.

Der Ziergarten

Bäume, Sträucher, Einjahrsblumen und Stauden ſind die lebendigen Bauſteine des Ziergartens. Wir wollen verſuchen, aus der unüberſehbaren Fülle dieſer Welt für ſich das Bekannteſte herauszugreifen und vom praktiſchen Geſichtspunkt des kleinen Hausgarten-Freundes und -Pflegers aus betrachten. Möchte ſich keiner von der, trotz aller Kürze, entſtehenden Fülle abgeſchreckt finden. Es iſt eine Tatſache: Die Welt der Erſcheinungen iſt nicht ſo einfach, wie wir ihr gerne nachſagen möchten. Wohl dem, der ſich nicht daran behindern läßt, ihr trotzdem näher zu kommen!

Gehölze

Bäume und Sträucher — „Gehölze" nennt ſie der Landſchaftsgärtner — ſind für den Laien vielleicht das unbekannteſte Gebiet des Gartenbaues. Wir bedenken ſie für gewöhnlich gar nicht beſonders, ſie gehören eben zum Park und Garten. Können wir ſie immer um uns haben, merken wir kaum, was wir an ihnen beſitzen. Erſt ein Fehlen oder ein intimeres Studium führt uns zur Bewußtheit der Mannigfaltigkeit dieſes grünen Lebens um uns. Da empfinden wir deutlich, wie der Anblick der meiſten Nadelhölzer, Tanne, Zypreſſe z. B. ernſte, feierliche, ja ſogar traurige Stimmung in uns wachruft. Wir ſehen an anderen Bäumen ein luſtiges, fröhliches Geſicht. Ahorn, Linde, Eſche machen einen durchaus freundlichen Eindruck. Dann wieder gibt es bizarre Baumformen: Blitzfichten, manche Zwerggehölze — gute behäbige, wie die Roßkaſtanien und der Apfelbaum; dagegen graziöſe Erſcheinungen: Die Birke, die Sauerkirſche, viele Blütenſträucher. Sogar ſentimentale Bäume hat es unter den Trauerformen und nervöſe, wie die Zitterpappel uſw. Es ließe ſich für jede Stimmung ein Baum oder Strauch als charakteriſtiſch heranholen, aber damit iſt das Thema erſt angeſchnitten! Sehen wir doch einmal das Farbenſpiel ihrer Blätter an: Grün iſt nicht einfach grün. In allen Variationen, vom ernſten Dunkelgrün der Tannen über blaugrüne Töne von Akazien zu dem weicheren Gelbgrün des Ahorns und der Linden, könnte man die ganze Skala durchlaufen, die noch gehoben und verändert wird durch das Spiel der Blätter im Winde, wenn die helleren oder weißlichen Unterſeiten aufblinken. Beſonders ſchön zu ſehen iſt das an Weißpappeln oder an Tulpenbäumen mit ihren flächigen Blättern, die im Herbſt den Eindruck von Moſaik hervorrufen. Überhaupt die Herbſtfärbung: An jedem Baum iſt ſie anders, jedes Jahr verſchieden, manchmal beſonders leuchtend, faſt aufdringlich in den Rottönen, dann wieder mehr in diskreten, gelblichen Hauch gehüllt, oder falbgrün, wenn der Froſt zu unvermittelt auftritt. Nicht 2 Herbſte, nicht 2 Frühjahrsſtimmungen gleichen einander. Jedes Laubkleid hat ſeine eigenen Reize, ſeine eigene Schönheit. Es gibt auch Bäume und Sträucher, die den ganzen Sommer über Buntfärbung aufweiſen. Die Blutbuchen, Blutahorn und -haſel ſind bekannt, weniger vielleicht Blutpflaumen, Goldeichen u. a. m. mit wirklich goldgelben Blättern.

Allein ſchon durch die Gruppierung verſchiedener Baumarten können wir Bilder in die Landſchaft malen. So iſt ja der Wechſel zwiſchen Nadelgehölzen und Laubbäumen allgemein angewendet, ſchon weil die meiſten Koniferen (= Nadelhölzer) im Winter ihr Laub behalten und dann noch dicht und grün ſind, wenn die anderen ihre Pracht abgeſchüttelt haben und ſchlafend ihre Äſte gegen den Himmel ſtrecken. Ein eigenartiges Bild, das wir auch nicht miſſen möchten in ſeiner Schönheit. Allein die Stämme für ſich mit ihren charakteriſtiſchen Rindenzeichnungen und Färbungen ſind der Beobachtung wert. Wer hätte ſich nicht ſchon über Platanen- und Birkenſtämme gefreut! Doch auch die feine Zeichnung des Geäſtes in ihrer harmoniſchen Geſtaltung von ſtrenger Geſetzmäßigkeit und ausgleichender Anpaſſung iſt ein genußreiches Studium.

Immergrüne Laubgehölze ſind in unſerem Klima mit ausgeſprochenen Sommern und Wintern weniger zu finden. Trotzdem iſt erſtaunlich, welche große Anzahl immergrüner Bäume und Sträucher in Mitteleuropa gut durch den Winter kommen. Es iſt ſchade, wie wenige davon bekannt ſind und Verwendung finden. Gerade im Hausgarten, wo leicht geſchützte Lagen anzutreffen ſind, und wo man den Blickſchutz der belaubten Hecken auch im Winter gerne genöſſe, iſt es oft nur Unkenntnis, die um dieſe Annehmlichkeit bringt. Es ſollen ſpäter hier einige Beiſpiele angeführt werden.

Wie ſchön Bäume und Sträucher blühen können, weiß jeder, auch wie hübſch ihre Früchte und Fruchtſtände im Herbſt ausſehen, um an Ebereſchen, Berberitzen, Ahorn uſw. zu erinnern. Gerne zunutze machen wir uns, beſonders im Steingarten und kleinen Hausgarten, die niederen Wuchsformen der verſchiedenen Zwerggehölze (Latſche, Felsmiſpel uſw.) als willkommene Unterbrechung der gedrungenen Polſterpflanzen, und Rank- und Schlingſträucher zur Bekleidung von Wänden, Lauben uſw., und alle für Hecken geeigneten Bäume und Sträucher. Letztere bieten nicht nur in ihrer Wirkung als ſolche Vorteil, ſie ſind die Wohnſtätten unſerer beſten Inſektenvertilger im Garten, der Singvögel, und können ſchon deshalb nicht genug Verbreitung finden. Das Verſchwinden und Ausbleiben vieler Vogelarten muß geradezu mit der Beſeitigung von Heckenanlagen, ſpeziell in der Landwirtſchaft, in Verbindung gebracht werden.

Es ſeien nun nach dieſen verſchiedenen Geſichtspunkten Gruppen mit Beiſpielen von Vertretern angeführt, wie ſie unſerem Rahmen angepaßt erſcheinen können.

1. **Großkronige Bäume:** Für den Hausgarten in einzelnen Exemplaren geeignet oder für parkartige Gehölzgruppen.

   Arten und Sorten von: Ahorn, Akazien, Baumhaſel, Buchen, Ebereſchen, Eichen, Eſchen, Linden, Pappel, Platanen, Roßkaſtanien, Ulmen oder Rüſter,

Walnuß, Weiß- und Schwarzerle, Zierkirſchen und -pflaumen uſw.
Nadelbäume. Arten und Sorten von: Eiben, Fichten, Föhren oder Kiefern, Lärchen, Lebensbaum (Thujen uſw.), Tannen, Wacholder uſw.

2. **Kleinkronige Bäume** (Verwendung im Hausgarten, beſonders günſtig einzeln und in Gruppen): Ahorn (Acer platanoides globosum), Blumen- und Kugeleſche, Buchsbaum, Ebereſchen, Goldrüſter, Magnolie, Mandelbäumchen, Mehlbeerbaum, Tamariske, Rotdorn, Weißdorn, Wintergrüne Eiche, Zierfrüchtige Äpfel, Birnen, Pflaumen, Kirſchen uſw.

3. **Pyramiden-Formen:** Pyramiden-Buche, Pyramiden-Eiche, Pyramiden-Ulmen oder -Rüſter, Schwarzpappel uſw.

4. **Kugelformen:** Kugelahorn, Kugelakazie, Kugelkaſtanien, Kugelrüſter oder -Ulme uſw.

5. **Trauerformen:** Trauerbirken, Trauereſchen, Trauerulmen oder -rüſter, Trauerweiden.

6. **Zierblütige Bäume und Sträucher,** die ſich ſowohl für Einzelſtellung wie für Gruppen eignen.
Frühjahrsblüher. Arten und Sorten von: Azaleen und Rhododendron, Berberitzen, Deutzien, Felſenbirnen (Amelanchier), Felſenmiſpel (Cotoneaster), Flieder, Forſythien (Japaniſcher Glöckchenſtrauch), Geißblatt oder Heckenkirſchen (Lonicera), Geißklee (Cytisus), Goldregen (Laburnum), Japaniſche Quitte (Oſterſtrauch) (Cydonia japonica), Jasmin, echter (Jasminum nudiflorum), Kornelkirſche oder Hartriegel (Cornus), Kaſtanien, Magnolien, Mandelbäumchen, Mehlbeerbaum (Sorbus), Pfingſtroſen, baumartige (Paeonia arborea), Rotdorn, Schneeball (Viburnum), Seidelbaſt (Daphne), Spierſträucher (Spiraea), Tamarisken, Weißdorn (Crataegus), zierblütige Johannisbeeren (Ribes), zierblütige Äpfel, Birnen, Kirſchen, Pflaumen (Malus, Pirus und Prunus).
Sommerblüher. Arten und Sorten von: Akazien (weiße und rote), Buddleia, Clematis oder Waldreben. Deutzia, Fuchſien, Geißblatt (Lonicera), Ginſter, Hortenſien oder Waſſerſtrauch (Hydrangea); Jasmin, falſcher (Philadelphus), Johanniskraut (Hypericum), Kerria, Ölweide (Eleagnus), Liguſter (Rainweide), Roſen, Salzſtrauch (Halimodendron), Schneebeeren (Symphoricarpus), Spireen, Tulpenbaum (Liriodendron tulipifera), Weigelien.
Die Gewinnung von Schnittblumen durch zierblütige Gehölze iſt für den Haushalt eine angenehme Beigabe. Sie wollen aber zur vollen Entfaltung ihrer Blüten ſonnigen Stand.

7. **Zierfrüchtige Bäume und Sträucher** (für ſie gilt dasſelbe wie für zierblütige). **Arten und Sorten von:** Ahorn, Berberitzen, Bocksdorn (Lycium), Felſenbirnen (Amelanchier), Felsmiſpel (Cotoneaster), Hartriegel (Cornus mas etc.), Heckenkirſchen (Lonicera), Holunder (Sambucus), Mehlbeeren (Sorbus), Perückenſtrauch (Rhus cotinus u. a.), Pfaffenhütchen (Evonymus), Rainweide (Ligustrum), Roſen, zierfrüchtige (Rosa rubiginosa), Sanddorn (Hippophaë rhamnoides), Schneeball (Viburnum), Schneebeeren (Symphoricarpus), Stechpalmen (Ilex), Weißdorn (Crataegus), Waldrebe (Clematis), zierfrüchtige Äpfel und Pflaumen (Malus und Prunus).

8. **Buntblättrige Bäume und Sträucher.** **Gelbblättrig:** Ahorn, Buchen, Eichen, Haſelnuß, Jasmin (Philadelphus), Liguſter, Mehlbeeren, Pappel, Schneeball, Ulmen, Weigelien.

Rotblättrig: Ahorn, Berberitzen, Birken, Buchen, Eichen, Evonymus (Pfaffenhütchen), Felſenbirnen, Haſelnuß, Kaſtanien, Klimmer (Ampelopsis), Ulmen, Zierbirnen und -Pflaumen.

Weißblättrig und ſilbergrau: Ahorn, Buchen, Eichen, Hartriegel (Cornus), Linden, Pappeln, Tannen und andere Nadelbäume, Tulpenbaum, Ulmen, Weißdorn, Zierbirnen, Zierjohannisbeeren.

9. **Zwerggehölze, beſonders für den Steingarten geeignet:**
F = Zierfrüchtig, B = Zierblütig.

Laubabwerfende: B, F Bocksdorn (Lycium); B Fingerkraut (Potentilla); B Johannisbeeren (Ribes); B Johanniskraut (Hypericum); F Pfaffenhütchen (Evonymus); B Zierweide (Salix); Zwergahorn; Zwergbirke.

Immergrüne: B, F Berberitzen (niedere Zierformen); F Felſenmiſpel (Cotoneaster horizontale u. a.); B Heidekraut (Erika und Caluna); B Kreuzkraut (Polygala chamaebuxus); B Lavendel; B Rhododendron (Rh. hirsutum u. a.); B Schleifenblume (Iberis); B Schneeball (Viburnum); B, F Seidelbaſt (Daphne); B Sonnenröschen (Helianthemum); B Silberwurz (Dryas) F Stechpalme (Ilex).

Zwergkoniferen (= Nadelhölzer). **Zwergformen von:** Chamaecyparis, Juniperus, Fichten und Tannen, Pinus, Thujen, Taxus.

10. **Für Hecken geeignete Gehölze.**
I = Immergrüne Vertreter unter den Arten.

Für hohe: Bergahorn, Felſenbirne (Prunus mahaleb), Feldulmen, Flieder, Gleditſchien, Hainbuche, Haſelnuß, Linden (kleinblättrige), Maulbeeren, Stieleiche, Weißdorn.

Für mittelhohe: Ahorn (Acer monspessulanum), I Berberitzen, Deutzien, I Hartriegel (Cornus), I Heckenkirſche, Johannisbeeren, I Liguſter, Quitten, Roſen, Schneeball, Spirea, I Stechpalme, I Zierpflaumen.

Für niedere Zierhecken: I Berberitzen, I Buxus, Deutzia gratilis, I Mahonia, I Spindelbaum (Evonymus), Spirea, Zierjohannisbeeren.

Nadelhölzer für Hecken. Sorten von: Chamaecyparis, Juniperus, Fichten, Taxus, Thuja.

11. **Schling- und Rankgewächſe zur Bekleidung von Mauern, Lauben, Pergolen:** Brombeeren (nur in mildem Klima winterhart), Epheu, Geißblatt, Glycinen (Wistaria), Klimmender Waſſerſtrauch (Hydrangea pectiolaris), Klimmender Knöterich (Polygonum Aubertii), Pfeifenſtrauch, Rankroſen, Waldrebe (Clematis), Weinarten, Wildweinarten (Ampelopsis Veitchii quinquefolia uſw.).

Über die Anlage und Pflanzung von Gehölzen und Gehölzgruppen kann hier zur Orientierung nur das am meiſten In-die-Augen-ſpringende angeführt werden:

Bei der Auswahl von Bäumen und Sträuchern vergegenwärtige man ſich vor allem deren Höhe, Breite und geſamte Wuchsform — pflanzt man ſie neben das Haus ſchon ganz beſonders. Aber auch ſonſt ſollte an ihre Schattenwirkung in ſpäteren Jahren gedacht werden (Blumen und Gemüſe gedeihen nur bedingt unter Bäumen!). Die Gruppierung wird einen einheitlichen Geſichtspunkt haben müſſen. Es iſt ein Kunſtſtück, mit Gehölzen wirklich zu malen oder zu plaſtizieren im Gartenraum, daher eigentlich Sache langer Erfahrung. Es wirkt z. B. nicht günſtig, wenn man die einzelnen Blütenſträucher zu ſehr verzettelt. Gruppen gleicher Art und Blütezeit ſowie Blütenfarbe, bringen eine ganz andere Wirkung als verſtreutes Einſetzen. Vor allem verlangen Vorpflanzungen von Sträuchern vor Baumgruppen viel Scharfblick. Immer ſollte dem Bild, wie es nach Jahren ſein wird, Rechnung getragen werden. Man wird leicht in den Fehler verfallen und zu dicht pflanzen. Freilich greift man zuerſt zur engeren Pflanzung, damit der Platz nicht leer ſteht. Es iſt dann vorteilhaft, gleich damit zu rechnen, daß ſpäter jeder 2. oder 3. Strauch herausgeholt werden kann, ohne ſichtbare Lücken zu hinterlaſſen. Hecken können im Gegenſatz zu Gruppen dicht gepflanzt werden, ſie ſollen ja ſchnell ſchließen.

Die beſte Pflanzzeit iſt faſt durchwegs der Herbſt. Laubabwerfende Gehölze ſollen im laubloſen Zuſtand verpflanzt werden, Koniferen am beſten im Auguſt-September, wenn der diesjährige Trieb abgeſchloſſen iſt und mit möglichſt großem Ballen. Im allgemeinen wachſen junge Pflanzen beſſer an, jedoch können bis auf Ausnahmen auch große Bäume, wenn dies ſachgemäß geſchieht, ohne Schaden verpflanzt werden. Beim Pflanzen ſelber handelt es ſich um ähnliche Geſichtspunkte, wie ſie ſchon bei den Topfpflanzen beſprochen wurden. Die Vorbereitung des Bodens geſchieht am beſten durch tiefgründiges Rigolen. Verbeſſerung durch Kompoſt, nur in der Oberſchichte, wird nie ſchaden. Dagegen iſt friſcher Miſt ſchädlich, ebenſo das vollkommene Erſetzen der ſchlechten Erde durch gute. Nur Roſen ſchätzen Stalldünger als Bodendecke. Bei Heidepflanzen (Rhododendron uſw.) hilft man mit Torfmull oder Heideerde nach. Gehölze pflanze man vor allem nie zu tief (nur ſo hoch, wie ſie geſtanden haben. Es iſt auch dem Senken der Erde noch Rechnung zu tragen, nur Buſchroſen pflanzt man etwas tiefer), und ihrem Wurzelballen nach mit gut ausgebreiteten Wurzeln (dafür muß das Pflanzloch reichlich tief und breit gemacht werden), ohne Hohlraum und gut feſttreten! Beſchädigte Wurzeln werden zweckmäßig vorher mit einem ſcharfen Meſſer, mit der Schnittfläche nach unten zum Boden, geſchnitten, die oberirdiſchen Teile nur ſo viel, daß ein richtiges Verhältnis zwiſchen Wurzelballen und Trieb geſchaffen wird. Trocken gewordene Wurzelballen müſſen vor dem Pflanzen zum gründlichen Anfeuchten in ein Gefäß mit Waſſer geſtellt werden. Geſchnitten wird Holz immer ſchwach ſchräg über einem Auge. Ausgiebiges Einſchlämmen (= Angießen) iſt bei friſch gepflanzten Gehölzen unerläßlich. Abdecken des Bodens mit Laub uſw. ſchützt vor Austrocknung und iſt beſonders bei Roſen zu empfehlen (mit Stalldünger). Das Pflanzen von Gehölzen iſt eine Angelegenheit, die man eigentlich beſſer gelernten Leuten überläßt, wenn man nicht einmal eine richtige Anleitung dazu bekommen hat — aus Büchern kann man ſolche Erfahrungen und Fertigkeiten nicht lernen.

Die Pflege von Gehölzen macht an und für ſich keine Mühe, wenn Standort und Pflanzweite gut gewählt waren. Die durch das abfallende Laub ſich bildende Humusſchicht iſt am beſten zu belaſſen. Umgraben zwiſchen den Sträuchern iſt ungünſtig. Dagegen wäre es günſtig und hübſch, bodenbedeckende Pflanzen, wie Buſchwindröschen, Haſelwurz uſw. dazwiſchen anzuſiedeln. Richtig gegraben wird nur zwiſchen beetartigen Pflanzungen von Gehölzen, wie ſie bei Roſen Sitte ſind. Bei jungen Pflanzen kann man mit Kompoſt oder Lauberde nachhelfen, ſollte es wirklich notwendig erſcheinen (in ſandigem Boden etwa), oder mit gut ausgegorenen Jauche- oder Güllegüſſen im Winter.

Der Schnitt der Sträucher richtet ſich nach der Pflanzenart und ſollte nicht ohne pflanzenkundige und ſachverſtändige Anleitung vorgenommen werden. Ein regelmäßiger Schnitt iſt nur für beſtimmte Gruppen zierblütiger Gehölze unerläßlich, für Roſen z. B. Sonſt handelt es ſich mehr um das rechtzeitige Auslichten oder Zurückwerfen der Sträucher, das, wie geſagt, nicht ſo ohne weiteres vorgenommen werden ſollte. Es wird ſelten auf einem Gebiet ſo viel geſtümpert wie auf dieſem, weil es einfach keine rein techniſche Angelegenheit iſt, ſondern vor allem Pflanzenkenntnis erfordert. — Dürres, abgeſtorbenes Holz kann ohne Bedenken entfernt werden. Alte Bäume werden vor dem Verderben geſchützt, wenn man die morſchen Stammteile ausputzt und durch Zement oder Mörtel erſetzt.

Der Rückſchnitt von Hecken erfolgt am beſten mehrmals im Jahre, der Hauptſchnitt in der Zeit von Oktober bis Februar. Wichtig iſt es, vor allem junge Hecken viel und rechtzeitig zu ſchneiden; ſie werden dadurch erſt buſchig und dicht und unterliegen nicht der Gefahr des Verkahlens von unten her — das allerdings auch auf zu geringer Belichtung beruhen kann.

Froſtempfindliche Gehölze wie Roſen, Pfingſtroſen, Magnolien uſw. werden für den Winter mit einem Hüllgerüſt von Fichtenreiſig überdeckt; ebenſo Rankpflanzen, die man auch herunterbinden und an der Erde abdecken kann. Strauchartige Roſen behäufelt man am allerbeſten mit Erde und deckt ſie mit Fichtenreiſig. Roſenhochſtämme werden, wenn möglich, mit der Krone zur Erde geneigt und ebenſo behandelt. Laſſen ſich die Stämme nicht mehr biegen, umhüllt man die Kronen mit Tannenreiſig oder Rupfen — aber nie mit Ölpapier.

Vor zu dichter Deckung muß überhaupt gewarnt werden. Die Pflanzen werden an warmen Spätwintertagen ſehr zum Treiben gereizt. Die zarten Triebe erfrieren nach dem Abdecken beim erſten Froſt unweigerlich. Aus dieſem Grunde ſollte auch das Abdecken vor dem Austreiben erfolgen.

In ſchneereichen Gegenden muß man im Winter den Schnee rechtzeitig (bevor er angeeiſt iſt!) von Bäumen und Sträuchern abſchütteln (umgekehrte Skiſtöcke ſind recht praktiſch dazu). Der Schneedruck kann (beſonders an noch belaubten) Bäumen und Sträuchern großen Schaden anrichten. Es erſcheint nicht ungünſtig, kleine Sträucher durch Zuſammenbinden mit Strohſeilen vor dem Verdrücken zu ſchützen.

Stauden

oder Perennen ſind für den Gärtner alle krautigen Gewächſe, die mit einem unterirdiſchen Teil überwintern. Dagegen belegt der Sprachgebrauch häufig die Sträucher mit dem Namen „Stauden". Sträucher ſind holzige Pflanzen und überwintern mit oberirdiſchen Teilen.

Die Verwendung der Stauden im kleinen Garten iſt heute nicht umſonſt beliebt. Der Liebhaber findet an ihrer Fülle ein dankbares Objekt der Pflege. Sie haben ſo das Format und Gepflogenheiten, mit denen man leichter fertig wird, als wie mit Gehölzen z. B. Dazu kommt der Vorteil des ſtändig Ausprobieren- und Verändern-Könnens von Staudenbeeten oder im Steingarten. Und das iſt doch gerade der Hauptſpaß einer Erholungsarbeit, daß ſie uns fortlaufend vor neue Aufgaben ſtellt, die verhältnismäßig einfach zu überwinden ſind.

Arten und Sorten zum Kennenlernen gibt es in nicht endender Menge. Zählen wir gleich die harmloſeſten Stauden, die wir auch in jedem Bauerngarten antreffen können, auf.

Stauden für ſonnig gelegene Beete oder zur Vorpflanzung vor Gehölzgruppen (nach der Blütezeit geordnet):

h = hoch 1 bis 2 Meter
m = mittelhoch ½ bis 1 Meter
n = nieder bis ½ Meter

Frühjahrsblüher (Januar bis zirka Mai, Juni): Chriſtroſen n, Zwiebelgewächſe wie Crocus, Schneeglöckchen, Blauſtern, Traubenhyazinthe, uſw. n, Winterling n, Adonisröschen n, Anemonen n, Tulpen n bis m, Narziſſen n, Kaiſerkrone m, Gemswurz (Doronicum) m, Tränendes Herz (Dicentra) m bis h, Bunte Frühjahrs-Margueriten (Pyrethrum) m, Akelei m, Strandnelke (Armeria) m, Iris n bis m.

Sommerblüher (von zirka Juni bis September): Mohn, nacktſtieliger (Papaver nudicaule) n, orientaliſcher (Papaver orientale) m bis h, Glockenblumen m und n Bartnelken (Dianthus barbatus) n bis m, Pfingſtroſen m bis h, Lupinen m bis h, Ritterſporn h, auch m, Brennende Liebe (Lychnis) h, Schöngeſicht (Coreopsis) m, Ochſenzungen m bis h, Erdwurz (Geum) m, Schleierkraut m, Fingerhut m bis h, Eiſenhut h, Kokardenblumen (Gaillardia) m, Lilien m bis h, Taglilien (Haemerocallis) m und h, Sommermargueriten m bis h, Salvien n, Schafgarben m und h, Stockroſen oder Malven (Althaea) h, Gladiolen m, Phlox m und h, Dahlien m bis h, Montbretien m.

Herbſtblüher (von September an zirka): Phlox m bis h, Dahlien m bis h, Goldraute (Helenium) h, Goldrute (Solidago) h. Goldball (Rudbeckia) m und h, Anemone japonica m und h, Herbſtaſtern m und h, Chryſanthemen m, Herbſtzeitloſe n.

Stauden für das halbſchattige — ſchattige Beet und feuchteren Stand (nach der Blütezeit geordnet). S = Sommerblüher.

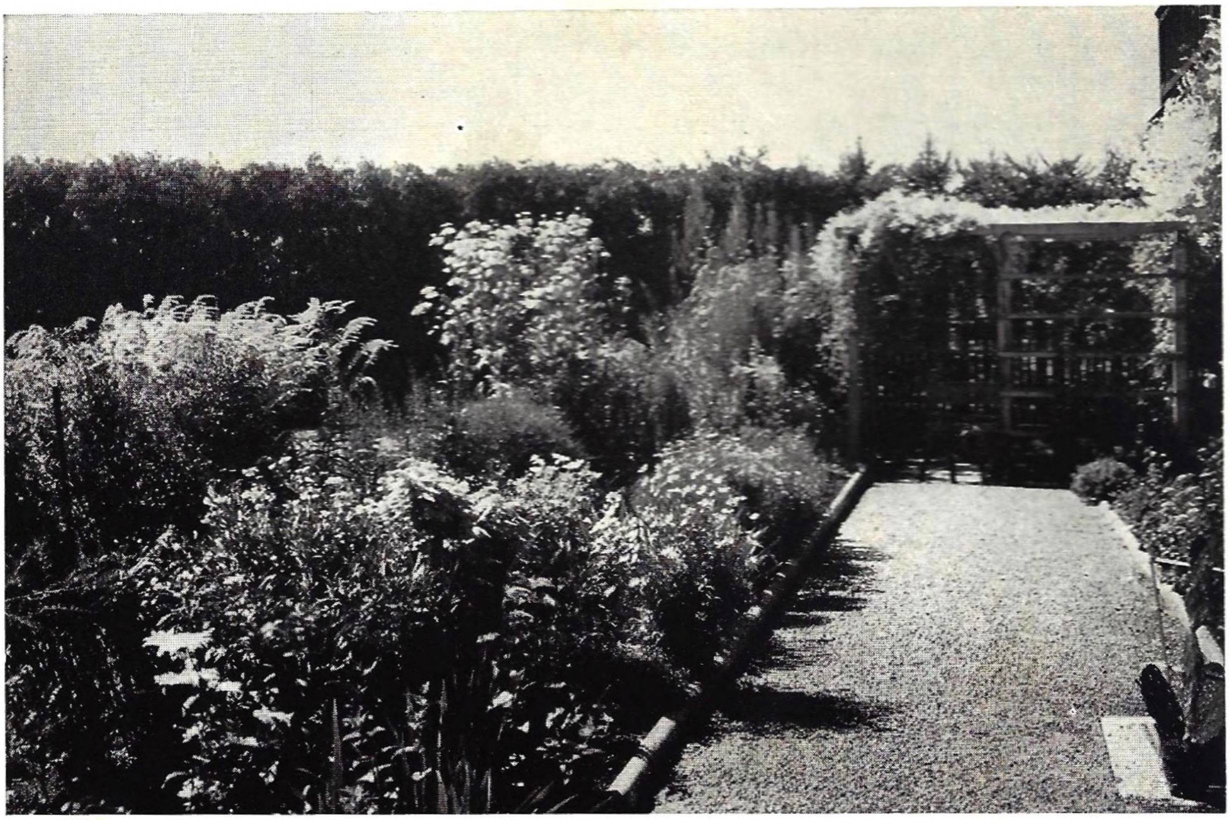
Chriſtroſen, Schneeglöckchen, Leberblümchen, Gartenprimel, Lungenkraut, Veilchen, Maiglöckchen, Vergißmeinnicht, Trollblumen, Immergrün, Zahnwurz, Lerchenſporn S, Frauenſchuh S, Fingerhut S, Funkien S, Farne, Alpenveilchen S, Spierſtauden oder Aſtilben S.

Waſſerpflanzen: Nixblumen (Nuphar), Pfeifenkraut, (Sagittaria), Seeroſenarten, Waſſerähre (Aponogeton), Waſſerhahnenfuß, Lotosblumen (für warme Lage).

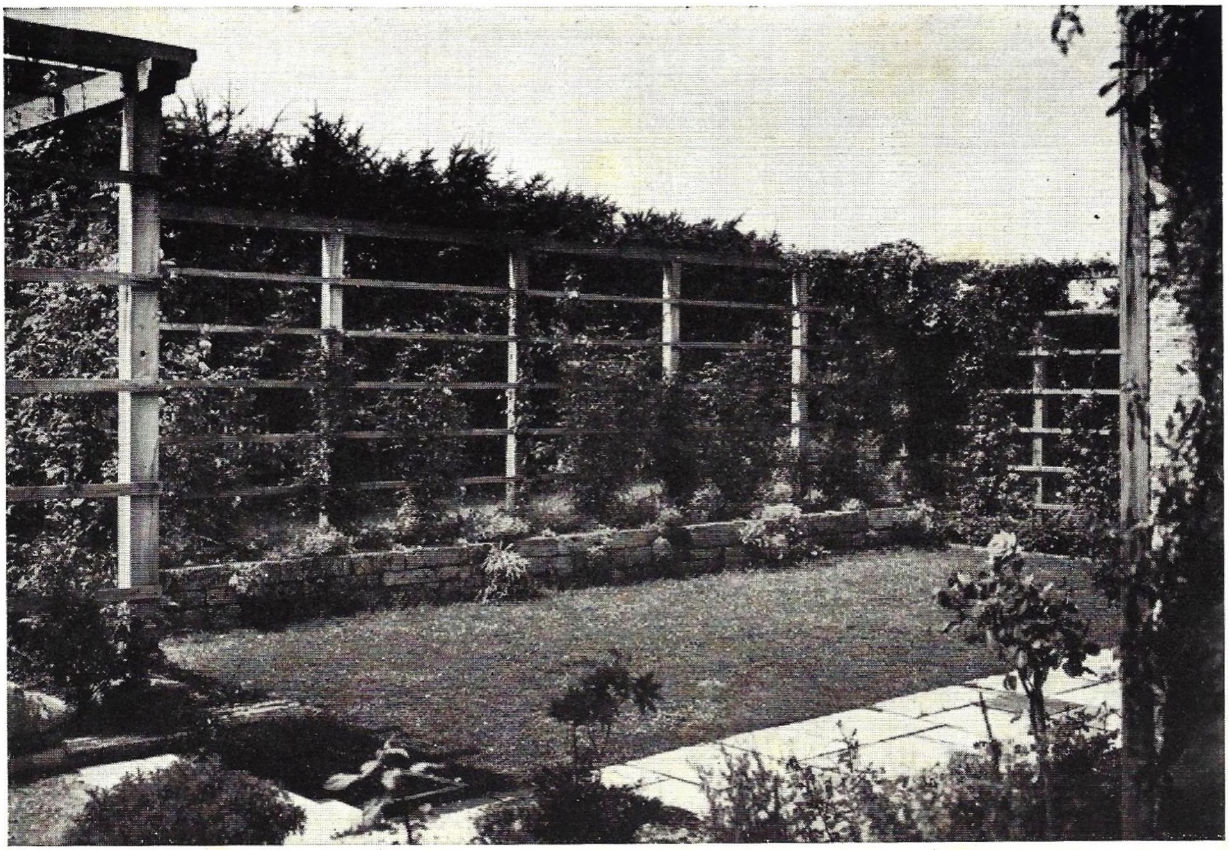
Für Einfaſſungen geeignete Stauden:

Bergaſter (Aster amellus), Ehrenpreis (Veronica rupestris), Feldernelken (Dianthus plumarius), Fetthennen (Sedum rupestre uſw.), Gänſekreſſe (Arabis), Glockenblumen (Campanula carpatica), Hornveilchen (Viola corunta), Schleifenblume (Iberis) (= eigentl. Gehölz), Schwertlilie (Iris pumila), Schneeheide (Erica carnea) (= eigentl. Gehölz), Steinbrech (Saxifragä cäespitosä uſw.), Sockenblume (Epimedium), Strandnelke (Armeria maritima Laucheanä).

Bei der Anlage von Staudenbeeten können uns ähnliche Geſichtspunkte wie bei der von Gehölzgruppen leiten. Bei der blühenden Staude ſpringt die Schmuckwirkung noch beſſer ins Auge, ſie gehört ſchon mehr zur Innenarchitektur des



Staudenbeet und Laube. 1 Jahr nach der Pflanzung



Rosenhof. 1 Jahr nach der Pflanzung

Angelegt und aufgenommen von A. Seifert, Architekt B. D. A., München

Gartens. Hochwachſende Stauden können im kleinen Garten faſt die Rolle des Gehölzes übernehmen und Raum bilden. Sonſt aber handelt es ſich mehr um ein Unterſtreichen, ein Auflöſen der Form, die Bäume, Sträucher und Architektur bringen und um deren bunte Verbrämung. Erſt vor der Gehölzgruppe kommt die Staude voll zur Geltung. Hat man Platz zur Verfügung, iſt die Sache nicht ſchwierig: Großzügig einen 2 bis 3 Meter breiten Streifen Land vor einer Gehölzgruppe tief gegraben und gut vorbereitet (am beſten rigolt) und dann die ſchönſten Stauden hinein. Das ganze Jahr ſoll etwas blühen in ſchönen Gruppen, die nicht zerriſſen wirken, die ſich ergänzen und harmonieren in Blüten, Farben, Formen und Habitus der Gewächſe. Im kleinen Garten iſt der Fall nicht immer einfach. Hier laſſen wir uns von den hochwachſenden, wie Ritterſporn, Phlox, Herbſtaſter, Goldrute, Helenium halbhohe Mauern wachſen, um z. B. den Gemüſegarten vom Ziergarten zu trennen oder ein Gitter undurchſichtig zu machen uſw. Aber, um bunte Beete zu pflanzen, dürfen wir hier nur nach den mittelhohen und niederen Staudenarten und -ſorten greifen, oder bei Trockenmauer und Steingarten Zuflucht nehmen. Farbe und Abwechſlung ſollen die Stauden ins Gartenbild bringen und — etwas Schnittblumen für's Haus, ſagt die vorſorgliche Hausfrau! Denn die werden ihr nicht immer gerne gewährt, weil Staudenbeete eigentlich nicht zum „Rupfen" da ſind. Sie muß es eben klug anſtellen und in beſcheidenen Grenzen da und dort etwas wegholen — das merkt keiner —, aber in der Wohnung hat doch jeder Freude damit. Stauden liefern ja gerade die ſchönſten Sträuße.

Nun zur Pflanzung des Staudenbeetes (ſiehe Abbildung). Wichtig iſt vor allem die Beachtung der Größe in bezug auf Höhe und Breite der ausgewachſenen Pflanze. Man laſſe ſich nicht täuſchen von der Kleinheit der Jungpflanzen, die man in einer Staudengärtnerei beſorgt hat. Sie werden in 1 bis 3 Jahren groß und ſtark oder bleiben klein, je nachdem ſie veranlagt ſind. Daher müſſen wir uns unbedingt genau nach ihrer Wuchsart erkundigen. Es gibt heute von den beliebten Stauden Züchtungen in allen Ausmaßen. Ritterſporn iſt z. B. nicht Ritterſporn. Es hat unter ſeinen ſchätzungsweiſe 200 Hauptſorten ſolche, die über 2 Meter hoch werden, und ſolche, die bei 20 Zentimeter bleiben uſw.

Die günſtige Gruppierung eines Staudenbeetes iſt eine Angelegenheit für ſich. Bunte Pflanzungen ſollen nie auf zu ſchmalem Raum ausgeführt werden. 1 Meter Breite iſt ſchon das mindeſte; gute Wirkungen laſſen ſich erſt mit 2 Meter und mehr erzielen. Beliebt iſt das ſogenannte automatiſche Staudenbeet, auf dem das ganze Jahr etwas blühen kann. Es gibt gerade im Hausgarten Anlaß zum Miterleben der Jahreszeiten, das ſonſt dem Städter kaum bewußt wird. Bei der Pflanzung heißt es Phantaſie haben, wie das ſpäter einmal ausſieht. Die Höhe wiſſen wir ja und verteilen ſie in guter Abſtufung nach vorne und hinten — aber die Farben und Blütengeſichter, ob die zuſammenſtimmen. Verſuchen! Und haben wir fehlgegriffen — das Verpflanzen von Stauden iſt keine Hexerei. Wichtig iſt dabei, daß man alte Pflanzen gut tief (ſie heben ſich beim Anwurzeln) — alſo gerade umgekehrt wie Gehölze — und feſt pflanzt. Sie dürfen handbreit mit Erde bedeckt ſein. Bei jungen ergibt es ſich von ſelber: ſie kommen ſo hoch, wie ſie geſtanden haben.

Gründliches Angießen iſt Notwendigkeit. Das Bedecken mit kurzem Miſt oder Laub, beſonders bei Frühjahrspflanzungen, wird ſich günſtig auswirken. Pflanzzeit iſt Herbſt und Frühjahr, aber in beiden Fällen beſſer früher als ſpäter.

Zweckmäßig wird es ſein, ſich vor der Pflanzung einen genauen Plan zu machen, wie er etwa aus beigefügter Skizze 8 erſichtlich iſt, und beſonders in den Maßen danach vorzugehen. Für die Entfernungen läßt ſich keine Norm aufſtellen. Als Anhaltspunkt mag vielleicht dienen, daß größere Stauden zirka 1 Quadratmeter brauchen, mittlere ⅓ bis ½ und kleine auf zirka 15 bis 25 Zentimeter gepflanzt werden können. Zwiebelgewächſe werden ihrer Eigenart nach entſprechend tief in die Erde gelegt: Kleine wie Blauſtern etwa 10 Zentimeter, große wie Tulpen bis 20 Zentimeter. Man kann die eingezogenen Treibzwiebel vom Frühjahr bis Herbſt legen oder eigene Freilandſorten kaufen. Die meiſten von ihnen gedeihen unterm Raſen oder anderen Überpflanzungen. Dahlien müſſen jedes Frühjahr nach den „Eismännern" gelegt werden, weil ſie bei uns nicht winterhart ſind; Pflanztiefe wie bei anderen Stauden.

Die in den erſten Jahren freibleibenden Lücken in Staudenpflanzungen füllt man vorteilhaft mit Einjahrsblühern aus. Die Beete machen von Anfang an einen guten Eindruck — auch iſt es für die Bekämpfung des Unkrautes beſſer, den Boden zu beſchatten.

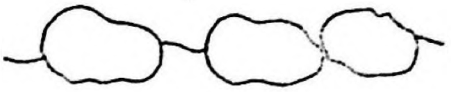
Die Pflege der Staudenbeete macht nicht ſo wenig Arbeit, wie man immer gern ſagt und möchte. Es bedeutet ſchon allerlei an Mühe, ſie von Wurzelunkräutern (= ausdauernde Unkräuter wie Quecken, Hahnenfuß, Girſch uſw.) zu ſäubern und untereinander in Schach zu halten. Sie haben zumeiſt die Gewohnheit, ſich gegenſeitig hinauszudrängen, zu überwuchern. Da muß man von Zeit zu Zeit die ſtärkeren verkleinern oder einen beſſeren Stand für ſchwächere ſuchen. Gelegentliches Hacken, beſonders nach Regen im Frühjahr und Sommer iſt günſtig — aber nicht an der Wurzel ſtören, und daher eine kleine Hacke verwenden oder den Bodenlüfter (Abbildung 17 bis 20). Windgefährdete hohe Triebe gehören rechtzeitig aufgebunden, aber ſo, daß man Pfahl und Stricke möglichſt wenig ſieht. Verblühte Blüten ſchneidet man zur Zeit aus, daß die Pflanzen wieder ein gutes Bild abgeben (alſo keine leeren Stengel ſtehen laſſen!), manche, wie Ritterſporn und Lupinen, blühen dann im Herbſt zum zweiten Male. Haben die Stauden im Herbſt eingezogen, nimmt man ſie auf zirka 10 Zentimeter über dem Boden zurück und lockert mit einer Zinkenhacke, oder gräbt mit der Grabgabel vorſichtig zwiſchen den Wurzelſtöcken um, läßt die Erde auf rauher Scholle liegen und deckt mit kurzem Miſt ab. Ebenſo könnte man Kompoſt oder Lauberde uſw. geben. Eine weitere Deckung mit Laub und Fichtenreiſig iſt nur in ſchneearmen Gegenden nötig oder an ſehr der Sonne exponierten Stellen, wo der Schnee leicht abtaut und der Boden dann ſtark friert, bzw. die Pflanzen austrocknen. Die Deckung ſoll nicht zu dicht ſein und im Februar-März wieder entfernt werden. Dahlienknollen müſſen im Herbſt, ehe der Boden tiefer friert, und nach leichtem Abtrocknen im dunklen Keller froſtfrei überwintert werden, etwa wie Kartoffeln. Das gleiche gilt von Gladiolen, die aber beſſer in Sägeſpänen überwintert werden.

Der Steingarten und die Trockenmauer

Höhenunterſchiede im Gartenland ſind uns ein willkommener Anlaß zur Einfügung einer Trockenmauer oder eines Steingartens. Gerade im kleinen Garten können ſie Gliederung bringen und durch ihre bunte Beſiedlung Bildwirkung und Farbe und ein reiches Feld abwechſlungsreicher Beſchäftigung für den Pfleger geben. Sie ſind ſo recht eine Freude im kleinen in jeder Beziehung. Charakteriſtiſcherweiſe werden ſie gerade in unſerer Zeit aufgegriffen, die wohl von Tempo und Großzügigkeit genug hat. Erfreulich iſt, wie gerade hier Stück für Stück ſelber zuſammengetragen werden kann und von vielen Laubenbeſitzern uſw. auch wird, die ſo ihr Paradies auf kleinſtem Raum ſelber bauen. Will man die ganze Herrlichkeit auf einmal haben, koſtet ſie allerlei Geld. Schon die Steine ſind nicht immer ganz ſo leicht zu haben. Man kann ſowohl für den Steingarten als für die Trockenmauer regelmäßige Steine als auch unbehauene nehmen. Die Trockenmauer wird aus den Steinen mit lehmiger Erde, der man etwas Kuhdung beifügen kann, zuſammengefügt — wie man ſonſt Mörtel dazwiſchen gibt. Die kleinen Polſterpflanzen können dabei gleich mitgepflanzt werden. (Oben kann dies auch hintennach mit dem Pflanzholz geſchehen.) Es eignen ſich dafür nur widerſtandsfähige Pflanzen mit ſchöner Blüte.

Steingärten können unregelmäßig aus Findlingen und Felstrümmern gefügt ſein oder regelmäßig angelegt werden. Es handelt ſich dann meiſt um 20 bis 30 Zentimeter hohe Bodenſtufen, welche von Steinen eingefaßt werden, die dazwiſchen Beete freilaſſen. Bei unregelmäßigen Anlagen entſtehen zwiſchen den Geſteinsgruppen Erdmulden, welche mit den niederen alpinen Gewächſen bepflanzt werden (daher Alpinum), oder für die man heute eine faſt unüberſehbare Reihe von Kulturformen der Gebirgspflanzen der ganzen Erde mit einer außerordentlichen Blütenfülle zur Verfügung hat.

Lagerung und Schichtung der Steine am Hang



Das Lagern der Steine iſt nicht ſo ganz einfach. Man berückſichtigt dabei die ſtatiſchen Verhältniſſe des Geröllhanges oder die Schichtungen von Geſteinsformationen — ſonſt laufen Steine oder Erde und Pflanzen davon. Ein Stein bleibt nur dann liegen, wenn er mit dem Schwerpunkt nach unten und quer zum Hang zu ſitzen kommt. Nachfolgende Steine ſchieben ſich ſtufenförmig über ihn. (Siehe Abbildung.)

Für die meiſten Steingartenpflanzen genügt humoſe, kalkſchuttreiche, aber miſtarme Gartenerde. Alpine Pflanzen ſind trotz ſonnigem, luftigem Stand viel Bodenfeuchtigkeit gewöhnt, an der es leicht in Steingärten fehlt. Man darf daher nicht mit Bodenbewäſſerung ſparen, beſonders bei leichten Böden, und muß mit Laub oder Torfmull nachhelfen, ſpeziell bei Heide- oder Moorgewächſen. Günſtig iſt darum auch die Verquickung mit Waſſerläufen oder unterirdiſcher Bewäſſerung. Die ſonſtige Pflege der Steingärten und Alpinen beſteht im ſtändigen Kampf mit Wurzelunkräutern und Schnecken (halten ſich gerne unter Steinen auf), und In-Schach-halten der Pflanzen untereinander. Das zeitweilige Lockern der Erde geſchieht am beſten mit einer ganz kleinen Hacke oder dem Bodenlüfter (ſiehe Abbildung Gartengeräte). Kompoſterde wird ab und zu erwünſchte Aufbeſſerung ſein. Man hüte ſich aber vor weiterer Düngung und Mäſtung der Pflanzen, die dann wohl große Blätter machen, aber ihre Blühwilligkeit einbüßen. Vor Eintritt des Winters wird man an den der Sonne exponierten Stellen für Schutz vor zu ſtarker Beſtrahlung und Austrocknung ſorgen, am einfachſten mit Tannenreiſig.

Die bekannteſten Steingarten-Stauden für ſonnigen Stand ſind:

(T = beſonders für Trockenmauer geeignet.)
(Es werden hier hauptſächlich die botaniſchen Bezeichnungen angeführt, weil ſie auch im Handel die gebräuchlichſten ſind.)

Arten und Sorten von: T Alyssum (Bienenſaug), Anemonen, Antennaria (Katzenpfötchen), T Arabis (Gänſekreſſe), T Armeria alpinum uſw. (Grasnelke), T Aster amellus (Bergaſtern), T Aubrietia, T Campanula (Glockenblumen), T Corydalis (Lerchenſporn oder Erdrauch), T Cerastium (Hornkraut), T Crucia nella stilosa (Kreuzkraut) T Dianthus caesius u. a. (Federnelken), T Euphorbia (Wolfsmilch), T Gypsophila (Schleierkraut), T Helianthemum (Sonnenröschen, eigentl. Gehölz), T Iberis (Schleifenblume), T Linaria (Leinkraut), T Leontopodium (Edelweiß), T Linum (Lein), Lysimachia (Weidenkraut), Oenothera (Nachtkerzen) Primeln und Aurikeln, Pulmonaria (Lungenkraut), T Papaver nudicaule uſw. (Mohn), T Phlox, T Saponaria (Seifenkraut), T Saxifraga (Steinbrech), T Sedum (Fetthennen), T Sempervivum (Hauswurz), Silenen (Leimkraut), T Verbascum (Königskerze), T Veronika (Ehrenpreis), Viola cornuta u. a. (Hornveilchen), Zwiebelgewächſe, alle kleineren Arten.

Steingartenſtauden für ſchattigen Stand:

Buſchwindröschen, Chriſtroſen, Leberblümchen, Lerchenſporn, Lungenkraut, Primel, Selaginella, Steinbrech (verſchiedene Arten), kleine Farne.

Die **Vermehrung von Stauden** iſt am einfachſten, wenn ſich eine Teilung alter Stöcke vornehmen läßt, wie bei Herbſtaſtern oder Phlox, die viele gleichartige Triebe machen. Man kann ſie einfach mit dem Spaten durchteilen oder auseinanderreißen. Bei Dahlien ſei man bedacht, nur Knollen mit Augen (oberirdiſche Triebe) loszutrennen, weil andere nicht wachſen können. Manche Stauden, wie Veilchen, Hahnenfuß uſw. liefern uns an kriechenden Trieben kleine bewurzelte Pflänzchen, die wir gut zur Vermehrung verwerten können. Die Stecklingsvermehrung von Stauden (z. B. Dahlien, Hornveilchen) wird für den Hausgarten meiſt zu umſtändlich ſein (ſiehe Blumen im Haus), ebenſo iſt die aus Samen nur bei Miſtbeetbeſitzern einfach durchzuführen. (Ausſaat Mai und Juni — pikieren, wenn kräftig — Pflanzung im Herbſt oder Frühjahr). Es ſei auch darauf aufmerkſam gemacht, daß man aus Samen nur von manchen Stauden einheitlichen Nachwuchs bekommt. Die Hochkulturen ſind zumeiſt Züchtungen, deren Samen nur teilweiſe dieſelben guten Eigenſchaften aufweiſen können. Man kann da recht wenig ſchöne Miſchfarben und Formen herausbekommen und hat oft für lange Mühe wenig Freude. Von Hochzuchten muß man Jungpflanzen kaufen. Die Vermehrung der Zwiebelgewächſe geſchieht durch die Brutzwiebel, welche ſie hervorbringen. Meiſt braucht man ſich weiter nicht bemühen; von Schneeglöckchen z. B. gibt es bald einen ganzen Fleck durch wenige Pflanzen.

Die Sommerblumen

Zu den Sommerblumen werden alle 1jährigen Blütengewächſe gerechnet, meiſt auch die 2jährigen krautigen Pflanzen. Der tägliche Sprachgebrauch hat mit Recht keine ſcharfen Grenzen in das Pflanzenleben gezogen — die Natur kennt ſie nämlich auch nicht. Anders iſt es für den Fachmann; er hat beſſere Überſichtsmöglichkeit durch ſtrikte Teilung.

Die Sommerblumen ſind die beſcheidenſten Freunde unſeres Hausgartens. Könnten wir ſonſt gar nichts für ſeine Verſchönerung aufbringen, für ein paar Einjahrsblumen wird ſich immer die Möglichkeit finden. Mit nichts kann man in kurzer Zeit ſo viel Buntheit aus der grauen Erde hervorzaubern, als gerade mit Sommerblumen. Das weiß der Landſchaftsgärtner und fügt ſie ſeinen Bildern überall ein, und der Liebhaber kann an ihnen am einfachſten zum Erfolg kommen und lernen. Das einzige, was ſie unbedingt verlangen, iſt Sonne und zwar faſt ausnahmslos. Sie wollen ja in 1 Jahr Blatt, Blüte und Frucht bringen, um im nächſten wieder aus Samen hervorgehen zu können und dazu braucht es der Sonne. Sie nehmen mit jedem Gartenboden vorlieb, obwohl ihnen guter humoſer am liebſten iſt. Viele von ihnen kann man direkt im Freiland auf Beete ſäen. Man bereitet dazu das Land, wie üblich, vor. Als Bodenverbeſſerung ſollte nur verrotteter Stalldünger im Herbſt untergegraben werden, oder Kompoſterde im Frühjahr. Werden die Beete ſtändig (= Frühjahr und Herbſt) bepflanzt, bleibt nur die Verbeſſerung mit Kompoſterde. Vor der Ausſaat, die je nach Froſtempfindlichkeit vorgenommen werden kann, werden die Beete feinkrümelig und glatt gemacht. Für niederbleibende Pflanzen iſt es zweckmäßig, die Beete etwas zu überhöhen oder z. B. zwiſchen Raſen wallartig aufzuwölben, damit die Blumen beſſer zur Geltung kommen. Reihen- oder Rillenſaat iſt auch für Blumen meiſt der breitwürfigen vorzuziehen. Dünnes Säen iſt Gebot. Größere Samen, wie Kapuzinerkreſſe oder Wicken, werden einzeln gelegt. Für Ausſaat direkt auf Beete eignen ſich vor allem die Sommerblumen, die das Verpflanzen nicht vertragen. Man ſät ſie auch überall dort aus, wo es ſich um die Ausnützung eines ſchmalen Beetes — 20 bis 30 Zentimeter genügen — oder eines Gemüſebeetrandes handelt.

Zur Ausſaat an Ort und Stelle eignen ſich:

T = Trockenblumen, S = Schlingpflanzen, n = 20 bis 30 Zentimeter hoch,
m = 30 bis 50 Zentimeter hoch, h = über 50 Zentimeter hoch.

Adonisröschen (auch Bluttröpfchen) n, Atlasblume (Godetia) m, Clarkia m, Eſchſcholtzia n, Flockenblume (Centaurea) m, Fuchsſchwanz (Amarntus) * m und h, Hainblume (Nemophila) n, Jungfer im Grün (Nigella) m, S Kapuzinerkreſſe (Tropacolum) n, Lein, rotblühender (Linum) m, Leinkraut (Linaria) m, Levkojen * n und m, Löwenmaul * n und m, Lupinen m und h, Mohn m und h, T Papierblume (Xeramthemum) m bis h, Portulakröschen * n, S Prunkwinde (Ipomea) n, Reſeda n, Ringelblumen (Calendula) n, Ritterſporn (zur Herbſtausſaat geeignet) m und h, Schleierkraut m, Schleifenblume (Iberis) n, Schöngeſicht (Coreopsis oder Calliopsis) * n und m, Sommermalve (Malope) h, Sonnenblumen h, T Sonnenflügel (Acroclinium) * n bis m, Steinkraut (Alyssum) n, S Wicken (Lathyrus odoratus) *.

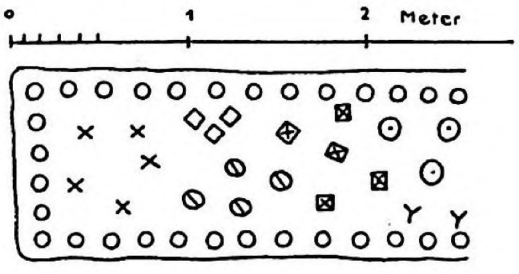
Die mit * bezeichneten Pflanzen können, wie eine ganze Anzahl anderer Sommerblumen, beſſer im Miſtbeet eventuell auch Saatbeet vorgezogen werden. Teilweiſe ſind ſie froſtempfindlich und kommen ſo früher zur Blüte, teilweiſe zeigen ſie beſſere Entwicklung durch das Verpflanzen, wie denn überhaupt leichter ein gleichmäßiges Ausſehen bei gepflanzten Sommerblumenbeeten zu erzielen iſt. Die Anzucht der Pflanzen im Frühbeet oder auf Saatbeeten iſt wie die von Gemüſepflanzen einfach zu bewerkſtelligen. Die meiſten Sommerblumenpflanzen gibt es auch in den Gärtnereien zu kaufen. Außerdem könnte man ſich durch Ausſaat in Töpfen und Pikieren in Handkäſten helfen (am hellen Flur- oder Küchenfenſter). Nach den Eisheiligen bringt man die Pflanzen auf die vorbereiteten Beete. Ein Entſpitzen (= Ausbrechen des Gipfeltriebes) iſt vorher bei den meiſten ſehr zu empfehlen, da ſie dann buſchiger werden.

Sommerblumen, die Vorkultur verlangen (außer den oben mit * bezeichneten):
Aſtern n, m, h, Balſaminen m, Eiſenkraut (Verbenen) n Gauklerblume (Mimulus) m, S Glockenwinde (Cobaea), Hahnenkamm (Celosia) n, m, h, S Japaniſcher Hopfen (Humulus jap.), Zier-Kamille (Matricaria) m, Knöterich (Polygonum orientale) h, Kokardenblume (Gaillardia) m, h, Leberbalſam (Ageratum) n, Lobelien (Ehrenpreis) n, S Maurandia, Nelken (einjährige) m, Petunien m, Schlitzblume (Schizanthus) m, Skabioſen m und h, Sommerphlox (Phlox Drummondii) n und m, T Strandflieder (Statice) m bis h, Strohblumen (Helichrysum) m bis h, Studentenblumen (Tagetes) n, m, h, Zier-Tabak m, h, Trompetenblumen (Salpiglossis) m, Wucherblumen (Chrysanthemum carinatum, segetum uſw.) m, h, Wunderblume (Mirabilis) m, Zinnien n, m, h.

Für die Auswahl und Gruppierung der Sommerblumen gelten im weſentlichen die gleichen Geſichtspunkte wie für Stauden. Man vergewiſſere ſich auch hier über Höhe und Breite der ausgewachſenen Pflanzen. Es ſteht eine unheimliche Menge von Sorten der bekannteſten Arten zur Auswahl, deren Kenntnis eigentlich erſt die Fülle der gegebenen Möglichkeiten vor Augen treten läßt. Manche werden bis mannshoch und breit, wir müſſen ihnen mindeſtens ½ Meter Raum zur Verfügung ſtellen. Die mittelgroßen pflanzt man durchſchnittlich auf 30 bis 40 Zentimeter, kleine Einfaſſungspflanzen bis auf 15 Zentimeter. Farbe, Form und Habitus ſind auch hier wohl gegeneinander abzuwägen. Einheitliche Bepflanzungen mit einer oder wenigen Blumenarten oder -ſorten werden meiſt regelmäßig (wie Gemüſebeete) gepflanzt. Dagegen kann bei bunten Beeten, wo wir es mit Blumen verſchiedenſter Wuchsform zu tun haben werden, eine Gruppierung, die von Drei- und Fünfecken ausgeht, helfen. (Siehe Abbildung.)

Bepflanzung eines bunten Sommerblumenbeetes.

○ Aperatum n
× Löwenmaul m
◇ Lobelie n
⊘ Studentenblume m
⊕ Zinnie m
⊙ Wucherblumen, weiße m
Y Verbenen n



Oft unterſtreichen regelmäßige Einfaſſungen die Wirkung bunter Beete ſehr. Solche Pflanzungen ſind natürlich eine Erfahrungsſache, machen aber gerade durch die anſchauliche Korrektur viel Freude.

Die Pflege der Sommerblumenbeete beſteht im Unkraut-Freihalten, Hacken, gelegentlichem Gießen, ſowie Ausſchneiden verblühter Blüten und rechtzeitigem Aufbinden windgefährdeter Pflanzen. An Ort und Stelle geſäte Sommerblumen ſoll man unbedingt verziehen (= auslichten), will man nicht, daß ſie beim erſten Gußregen oder ſtärkerem Wind lagern (= umfallen) oder vor der Zeit gelbe Blätter bekommen. Zu enger Stand ermöglicht kein normales Wachstum, die

Pflanzen werden weich und hoch, daher wenig widerſtandsfähig. Die richtige Weite des Verziehens muß man von der Größe der ausgewachſenen Pflanzen lernen (kann 5 bis 50 Zentimeter ſein).

Die reichſte Auswahl an Sommerblumenarten und -ſorten bieten die Samenkulturen der Gegenden von Erfurt und Quedlinburg. Die Ernte eigener Samen empfiehlt ſich, wenn keine Gefahr häßlicher Vermiſchungen beſteht und genug Sonne und Wärme zum Ausreifen gegeben erſcheint. Rechtzeitige Ernte der erſten und mittelfrühen Samen wird meiſt ein Vorteil ſein (Nachreife an ſchattigem, warmem Ort!).

Die Kultur der 2jährigen Pflanzen, die unſere beſten Frühjahrsblüher liefern, erfolgt wie die Anzucht der Stauden (Ausſaat Mai bis Juli, pikieren). Will man ſeine Blumenbeete im Frühjahr ſchon wieder ſchön haben, räumt man ſie im September, Oktober von den Sommerblumen — was meiſtens ſchon der Froſt beſorgt —, gräbt ſie gut um, gibt etwas Kompoſterde nach und bepflanzt mit Stiefmütterchen, Bellis uſw. Die Überhöhung der Beete iſt beſonders hier am Platze.

Die bekannteſten 2jährigen Blütenpflanzen ſind:

Bartnelken m, Glockenblumen (Campanula medium) m bis h, Goldlack und Orangelack (Cheiranthus cheiri und Allionii) n bis m, Malven oder Stockroſen h, Nachtkerze (Oenothera) m bis h, Stiefmütterchen n, Tauſendſchönchen (Bellis) n, Vergißmeinnicht n.

Es gibt auch Gewächſe, die in rauheren Lagen als 2jährig gezogen werden müſſen, anderswo aber Stauden ſind. Dazu gehören: Fingerhut, Papaver nudicaule uſw.

Hübſch iſt auch eine gemeinſame Pflanzung mit Zwiebelgewächſen, die gleichzeitig bei der Pflanzung der Frühjahrsblüher gelegt werden (die Löcher dafür bohrt man mit einem Pflanzholz bis auf die erforderliche Tiefe. Zierbeete ſollen, auch wenn die Pflanzen den Boden noch nicht bedecken, ein gefälliges Bild abgeben. Es iſt dies weiter kein Kunſtſtück, iſt man darauf bedacht, nach jeder Pflanze die Erde wieder gleichmäßig zu verteilen und die urſprüngliche Form des Beetes zu erhalten. Die mit Frühjahrsblumen beſtellten Beete blühen meiſt ſchon im Herbſt und den ganzen Winter durch (z. B. Stiefmütterchen, Tauſendſchönchen). Es iſt in den meiſten Gegenden zweckmäßig, ſie mit Fichtenreiſig vor Froſt zu ſchützen.

Die Herbſtpflanzung iſt der Frühjahrspflanzung vorzuziehen, weil die Pflanzen den meiſt eintretenden Trockenperioden im Frühjahr beſſer ſtandhalten (z. B. werden Vergißmeinnicht viel ſatter im Blau, da ſie großen Feuchtigkeitsbedarf haben).

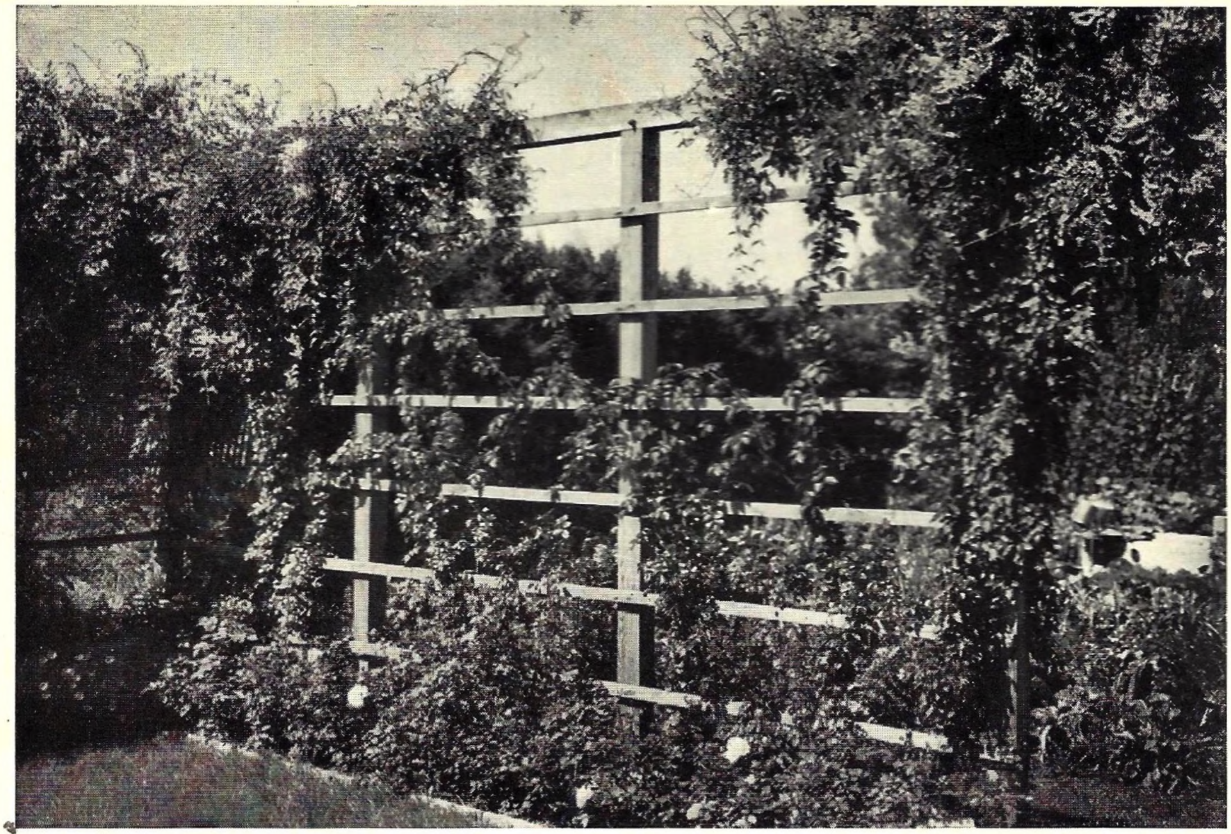
Der Raſen und andere Bodenbedeckungen

Der Raſen iſt durchaus nicht die harmloſeſte Angelegenheit des Gartens, wie mancher glauben könnte. Mitunter macht er die meiſte Arbeit oder koſtet allerlei. Der ſchöne, ſattgrüne, kurzgehaltene Raſen, auf dem man liegen, ſpielen und laufen kann, will ſtändig bedacht und gepflegt ſein, und zwar fängt dieſes Bedenken und die Grundlage der Pflege ſchon bei der Anlage an. Wohl kann Raſen auf jeder Bodenart gezogen werden, aber die Vorbereitung des Landes muß gleich entſprechend geſchehen. So gedeihen die Grasarten faſt durchwegs beſſer auf bindigerem gleichmäßig feuchtem Boden; zartere feinere Gräſer erheben Anſpruch auf Humusgehalt. Will man daher in humusarmen (z. B. ſandigen) Böden eine gute Grundlage ſchaffen, gibt man am beſten verrotteten Kuhdung in hohen Gaben (10 bis 20 Zentner pro Ar), an denen das Gras einige Jahre zu zehren hat. Man fährt ſo billiger, als wenn man ſtändig mit Nachdüngung aufhelfen muß.

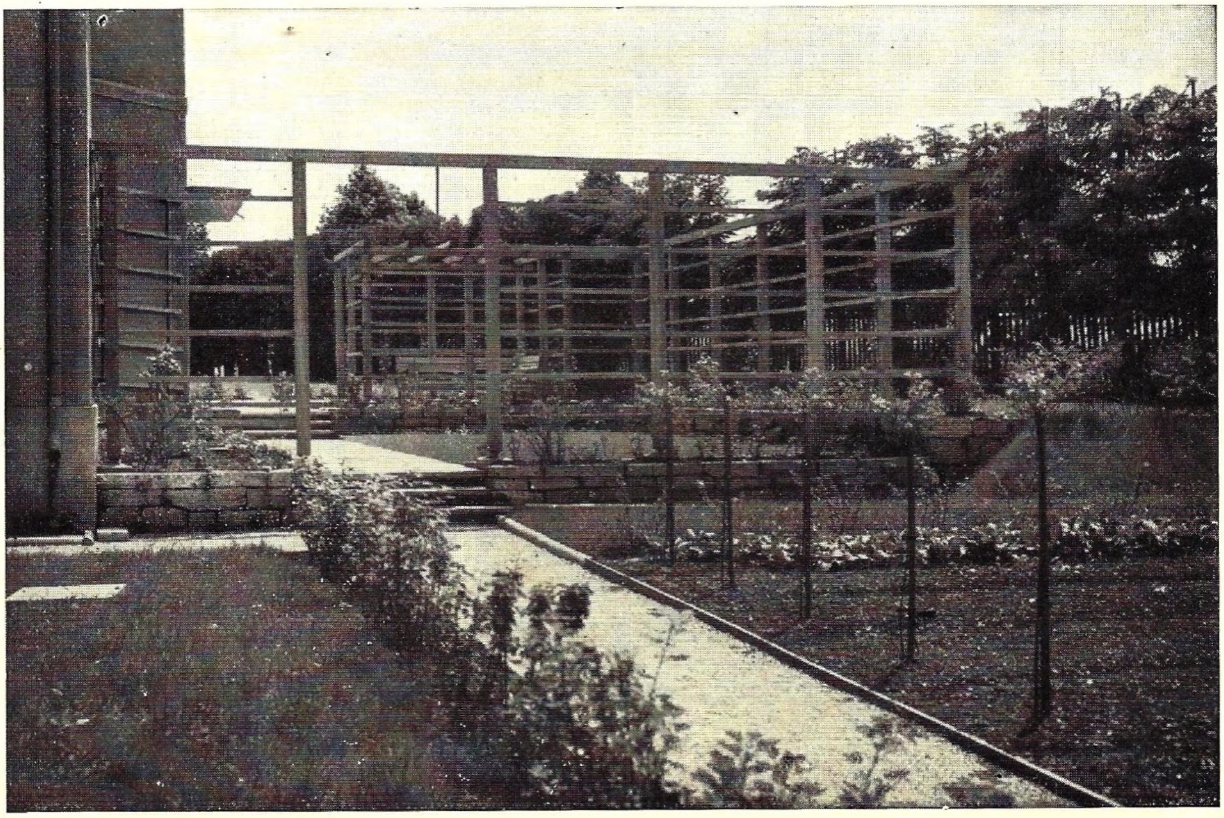
Von ausſchlaggebender Wichtigkeit für einen ſchönen Raſen iſt die Auswahl der Grasart, bzw. des Saatgutes und ſeiner Miſchung. Grasarten gibt es eine große Zahl. Sie eignen ſich entweder für ſonnige oder ſchattige Lage, bleiben ganz kurz oder werden höher, vertragen das Betreten oder nicht uſw. Für jede Gelegenheit gibt es eine andere Grasmiſchung. Am beſten beſchreibt man beim Samenkauf genau die Bedingungen, der eine gute Firma Rechnung tragen wird. Die Samenmengen müſſen in trockenen Lagen höher berechnet werden, als in ſolchen mit Luftfeuchtigkeit und allgemein gutem Graswuchs. Je nach Güte des Saatgutes und der Wachstumsbedingungen braucht man 10 bis 70 Gramm pro Quadratmeter, durchſchnittlich 30 bis 40 Gramm.

Die Ausſaat von Raſen kann im Auguſt oder April (in mildem Klima) und Mai (in rauhem Klima) erfolgen. Als Bodenbearbeitung genügt, in nicht ſtark verunkrautetem Boden, ſpatenſtichtiefes Graben im Herbſt und leichtes Lockern und Glattmachen vor der Ausſaat im Frühjahr. Nach Tunlichkeit wird man trachten, ebene und einheitliche Flächen für einen Raſen zu ſchaffen, da ſo die Bearbeitung beträchtlich einfacher wird. Die Ausſaat der Samen erfolgt (in der richtigen Menge pro Quadratmeter!) breitwürfig. Die Samen werden mit dem Rechen leicht eingeharkt und dann mit kleinen Brettchen an den Füßen feſtgetreten oder mit einer Gartenwalze angewalzt. Grasſamen will feſt liegen. Gleichmäßiges Feuchthalten der beſäten Flächen iſt nötig — man hüte ſich aber, dabei den Samen zu verſchwemmen. Die Saat geht nach 1 bis 3 Wochen auf; iſt ſie zirka 5 bis 10 Zentimeter hoch, muß mit einer Sichel oder Senſe geſchnitten werden. Erſt beim 3. oder 4. Schnitt darf man zur Raſenſchneidmaſchine greifen; das ganz junge Gras würde von ihr nicht erfaßt oder ausgeriſſen. Durch das Schneiden wird das Gras veranlaßt, Seitentriebe zu treiben, man ſagt: es beſtockt ſich — und damit wird eine dichte „Grasnarbe" erreicht. Das Walzen oder Betreten des Raſens hat die gleiche Wirkung, nur muß letzteres in beſtimmten Grenzen bleiben, beſonders in Gegenden mit geringer Luftfeuchtigkeit, alſo ſchwachem Graswachstum. Es wird gut ſein, noch vor dem 1. Schnitt das Unkraut zwiſchen den Gräſern zu jäten (mit den Patſchbrettchen an den Füßen kann man ruhig in das junge Gras ſteigen).

Die weitere Pflege von Raſen beſteht in ſtändigem Schneiden (alle 8 bis 10 Tage), Walzen, Gießen, Düngen, wenn nötig und Unkraut-Freihalten. Vor allem ſteche man Wurzelunkräuter rechtzeitig aus. Die abgeſchnittenen Grasſpitzen werden zweckmäßig abgekehrt oder gerecht (ſiehe Geräte!). Es gibt auch Raſenſchneidmaſchinen mit Fangkorb für das abgeſchnittene Gras. Die Graskanten müſſen im Frühjahr jährlich mit einem Spaten oder Kantenſtecher abgeſchnitten werden. Die beſte Düngung iſt das Überſtreuen mit Kompoſterde im Winter, eventuell eignet ſich im Herbſt und Winter gut verrotteter Stallmiſt, auf den kurz geſchnittenen Raſen geſtreut und im Frühjahr wieder abgerecht und im Sommer flüſſige Düngung, mit Vorſicht bei trübem Wetter gegeben.



Spalierwand mit Rosen und Knöterich. 1 Jahr nach der Pflanzung



Rosenhof vom Gemüsegarten her. Unmittelbar nach der Pflanzung

Angelegt und aufgenommen von A. Seifert, Architekt B. D. A., München

Weſentlich einfacher iſt die Anlage und Pflege von Wieſen, die nur 2- bis 3mal im Sommer, wie in der Landwirtſchaft üblich, geſchnitten werden, ſich aber auch nicht zum Betreten während der guten Zeit eignen und mehr für die parkartige Anlage oder für Obſtwieſen paſſend erſcheinen.

Andere bodenbedeckende Pflanzen können überall dort angebaut werden, wo Gras nicht gut zu halten iſt, an abhängigen Böſchungen, unter Gehölzen uſw. Es ſtehen dafür eine Reihe von Zwerggehölzen und Stauden zur Verfügung.

Bodenbedeckende Pflanzen für ſonnigen Stand:

Stauden. Arten: Ehrenpreis (Veronica), Fettblatt (Sedum), Hornkraut (Cerastium), Katzenpfötchen (Antennaria), Münzkraut (Lysimachia), Polſtermiere (Alsine), Polſternelken, Stachelnüßchen (Alcaena), Thymian.

Gehölze-Arten: Erika, Felsmiſpel (Cotoneaster), Ginſter, Sonnenröschen, Zwergſpindelbaum (Evonymus).

Bodenbedeckende Pflanzen für ſchattigen Stand. Stauden: Arten: Fettblatt (Sedum), Fingerkraut kriechendes, Gundermann (Glechoma), Haſelwurz (Asarum), Sockenblume (Epimedium), Steinbrech und andere Wildſtauden.

Gehölze: Epheu, Immergrün.

Der Nutzgarten

Nicht jedermanns Geſchmack iſt es, ein Stück Land lediglich der Augenweide und Erholung zu widmen und mit Blumen und Bäumen zu verſehen. Andere möchten lieber für ihren Tiſch ſorgen mit ſelbſtgezogenem Gemüſe und Obſt und alles ſchmückende Gewächs erſt in zweiter Linie als angenehme Beigabe mit pflegen. In unſerer Zeit der materiellen Sorgen liegt dieſer Gedanke recht nahe und darum ſoll auch hier für jene, die einen Nutzgarten eher in ihr Siedlungsbereich einſchließen wollen oder neben dem Schmuckgarten beſitzen, verſucht werden, die grundlegenden Anhaltspunkte zu geben. Denn wir wollen uns klar darüber ſein, „Gartenkultur" darf keine Geldbeutelfrage ſein! Erſtehen nicht gerade unter den beſcheidenſten Verhältniſſen muſtergültige Beiſpiele für Gärten und ſind es nicht gerade hier Menſchen, die einem Erleben der Natur und Pflanzenwelt unmittelbarer gegenüberſtehen als der dicke Geldſack, der ſeinen Gärtner und Gartenarchitekten arbeiten läßt und höchſtens merkt, wenn der Raſen ſchlecht geſchnitten iſt oder alles zu wenig bunt und lang genug blüht. Kanns nicht das Roſarium ſein, warum nicht ein Gemüſegarten, der, zu den Geſamtverhältniſſen paſſend, die Freude am Sein und Wirken in der Natur entſtehen läßt! Und darum handelt es ſich in erſter Linie, weniger um den ſichtbaren Erfolg, der nirgends Urſache, immer Wirkung ſein wird.

Der Nutzgarten unterliegt natürlich denſelben Bedingungen, wie der geſamte Garten. Selbſtverſtändlich iſt eine geſchützte Lage auch für Gemüſe- und Obſtbau beſſer, als eine windige. Es iſt oft nicht ſchwer, durch Heckenpflanzung oder geeignete Umzäunung an der Wetterſeite abzuhelfen.

Die Größe des Gemüſegartens richtet ſich ganz danach, wie intenſiv der Garten bewirtſchaftet wird, nach dem Boden und nach dem Gemüſebedarf, der betreffenden Familie. Im allgemeinen kann für eine 4köpfige Familie 7 bis 8 Ar Bebauungsfläche genügen.

Geſtaltung: Es iſt recht gut möglich, einen Nutzgarten ſo freundlich zu geſtalten, wenn nicht genügend Platz für einen Ziergarten vorhanden iſt, daß er dennoch ein Ort der Erholung ſein kann, ein Garten, der uns nicht nur ſeine greifbaren Früchte gibt. So könnte durch einige Gliederung mit Bäumen, Sträuchern, Blumen und durch Anordnung der Nutzpflanzen ſelbſt, auch Einfügung eines netten Sitzplatzes, das Stückchen Land ſchon ein ſehr frohes Ausſehen bekommen. Nur ſei vor zu kleinlicher Einteilung und vor allzu vielerlei Bepflanzung gewarnt, die nicht nur das Bild beeinträchtigen, ſondern auch die Bearbeitung erſchweren würde.

Die Einteilung des Gemüſegartens iſt am einfachſten in regelmäßigen Formen. Ein Hauptweg, für Karren oder einen Wagen fahrbar, iſt zur Anfuhr von Miſt uſw. notwendig. Die übrigen Wege dienen nur dem Zweck, alle Teile leicht erreichbar zu machen. Beſitzen wir ein Miſtbeet, ſo ſteht das Waſſerfaß am beſten daneben. Einige Obſtbäume, die nicht zu große Kronen bilden, können ganz gut gepflanzt werden, die verſchiedenen Quartiere durch Beerenobſt gegliedert und Wege durch wagrechte Kordons (= Schnurbäume) berändert ſein. Eine regelmäßige Obſtpflanzung iſt nicht zu raten; dieſe ſetzen wir lieber auf eine Wieſe, wenn ſie groß genug iſt oder als Spalier an die ſchützenden Mauern des Hauſes.

Für den Nutzgarten ſind die Bodenverhältniſſe von beſonders großer Bedeutung und alles iſt anzuwenden, was zur Erzielung eines geſunden, kräftigen, humoſen Bodens getan werden kann. Das iſt in erſter Linie eine gründliche Bodenbearbeitung und Düngung. Außerdem bedient ſich der Landwirt und Gärtner ſeit altersher eines gewiſſen Wechſels im Anbau von Kulturflächen: Der Wechſelwirtſchaft. Die letztere iſt nicht nur nötig für gleichmäßige Ausnützung des Bodens durch verſchiedene Pflanzen, ſondern auch als Vorbeugung gegen Pflanzenkrankheiten und Schädlinge, die ſich mehr ausbreiten würden, wenn eine Pflanzenart viele Jahre auf demſelben Stück wachſen müßte. Außerdem wird die Bekämpfung des Unkrauts erleichtert. In der Praxis iſt es üblich, folgende 3 Gemüſegruppen im regelmäßigen Wechſel auf die Quartiere zu verteilen.

1. Quartier: Alle Kohlarten (außer Kohlrabi und eventuell Grünkohl), wie Blumenkohl, Wirſing, Blaukraut, Weißkraut, Roſenkohl, außerdem Sellerie, Lauch, Spinat, Gurken, Tomaten, eventuell Salat. Dieſe Pflanzen haben ähnliche Anſprüche und lieben kräftigen, friſch gedüngten Boden.

2. Quartier: Alle Wurzelgemüſe (mit Ausnahme von Sellerie) wie Karotten, Rote und Gelbe Rüben, Peterſilie, Schwarzwurzel, Rettich und Radieschen, außerdem Kohlrabi, Salat, eventuell Grünkohl und Zwiebeln, die zum Teil keine friſche Stallmiſtgabe ertragen.

3. Quartier: Hülſenfrüchte, wie Bohnen, Erbſen, Puffbohnen und eventuell Zwiebeln z. B. zwiſchen Erbſenbeete gebaut, damit dieſe nicht ineinander wachſen.

Ausdauernde Gemüſepflanzen, wie Spargel, Rhabarber, verſchiedene Küchenkräuter und Erdbeeren kommen auf ein eigenes, das 4. Quartier. Iſt der Platz ſehr enge, kann man ſie zum Teil auf den Randbeeten anpflanzen.

Nachſtehende Abbildung bringt eine ſchematiſche Darſtellung des Bebauungsplanes, auch in bezug auf Düngung.

1940 Quart. I, 1941 Quart. II, 1942 Quart. III

Tomaten	Blaukraut	H: Wirſing	H: Blumenkohl N: Salat	Sellerie	Lauch
	Weißkraut	Z: Salat	Roſenkohl		Neuſeeländer

Schwarzwurzeln	
H: Gelbe Rüben	Z: Kreſſe
Rote Rüben	Zichorie
Rote Rüben	
Küchenkräuter	

1940 Qut. III, 1941 Qut. I, 1942 Qut. II

H: Buſchbohnen	H: Erbſen	H: Zwiebel	H: Erbſen	H: Puffbohnen	H: Erbſen
N: Endivien	N: Endivien	N: Spinat	N: Spinat	N: Feldſalat	N: ſp. Salat

Wurzel-Peterſilie	
H: Karotten	Z: Schnittſalat
H: Gelbe Rüben	V: Radies
V: Kohlrabi	H: Rettich
Z: Radies	H: Grünkohl
H: Kohlrabi	N: Endivien

1940 Quartier I 1941 Quartier II, 1942 Quartier III,

Quartier I bekommt im Herbſt 1940 oder Frühjahr 1941 verrotteten Miſt. Die beiden anderen Quartiere erhalten keine Miſtgabe in demſelbem Jahr, ſondern erſt, wenn ſie durch Wechſel erſtes Quartier werden.

Obige Einteilung der Pflanzen ſoll Anhaltspunkte geben, aber kein ſteifes Anklammern erzielen. Nach einiger Erfahrung wird manche Änderung oder günſtigere Löſung gefunden werden können. Speziell ſei darauf aufmerkſam gemacht, daß Kohlrabi, Rettich, Radieschen und Grünkohl von denſelben Krankheiten und Schädlingen befallen werden wie die anderen Kohlgemüſe — ſie entſtammen ja auch alle der Familie der Kreuzblütler. Da man heute faſt überall mit dem Kohlkropf (Kohlhernie) zu kämpfen hat, wird man gut tun, den Wechſel diesbezüglich ſcharf zu beachten. Hat man z. B. in dieſem Jahre Kohlrabi uſw. auf einem Teil des 2. Quartiers nebeneinander gezogen, wird es vorteilhaft ſein, im übernächſten Jahre auf dieſem Beete dann z. B. Sellerie oder Gurken zu pflanzen und nicht Kohl.

Wer zur Düngung ſchwer Miſt auftreiben kann, ſollte auf die Pflege des Kompoſts beſonders großen Wert legen. Miſt und Kompoſt und alle verweſenden Subſtanzen führen dem Boden den begehrten Humus zu, der viele guten Eigenſchaften in ſich vereinigt, die in dem Kapitel über Bodenverbeſſerung näher beſprochen ſind.

Überall bekannt ſind die mineraliſchen und künſtlichen Dünger, die der Handel anbietet. Sie ſind in der Lage, dem Boden Nährſtoffe in hohen Prozenten zuzuführen, ohne die wertvollen Wirkungen verwesbarer Stoffe damit zu vereinigen. Sie ſind in ihrer Wirkung Reiz- oder Triebmitteln vergleichbar, wie Kaffee und Nikotin für uns, die auf die Dauer mehr ſchaden als nützen. Ihre Verwendung erfolgt meiſt als Zuſatz zu Stalldünger.

Der Gartenfreund kann durch Beobachtung und liebevolle Pflege ſeiner Pflanzen einen Teil deſſen erſetzen, was der Gärtner erzielen muß durch fachliches Wiſſen und durch Anwendung anderer Mittel, die oft der Not an Arbeitskraft entſpringen. — Was in der Einleitung des Kapitels über Gartenkultur angedeutet iſt, gilt nicht nur, um uns die Idee des Ganzen näher zu bringen, es muß tatſächlich in die Praxis hineingetragen werden. Wohl kann ſich jeder die „Erfahrung anderer zunutze machen", aber das wichtigſte iſt, daß er mit ſeinen Pflanzen lebt und lernt, ihnen ihre Bedürfniſſe abzuſehen. Sie ſind auch für die alltäglichen Nutzpflanzen in jedem Boden und Klima anders und aus keinem Buch ſo gut zu leſen wie an der Pflanze ſelbſt.

Ich möchte den Leſer dieſer Zeilen in manchen Schrebergarten oder Hausgarten führen, auch an die Gärten früherer Zeiten erinnern, um zu zeigen, wie beſonders durch Beobachtung, der daraus entſpringenden Pflege und der Freude, ein kleines Stück Land ſelbſt zu bearbeiten, ſo ſchöne Reſultate zu erzielen ſind, wie ſie ein Spezialbetrieb nicht beſſer liefern kann. Hätte man nicht ſo viele Beiſpiele guten Gelingens durch ſorgliche Pflege, ſo könnte niemand mit gutem Gewiſſen zu ſelbſtändigen Bewirtſchaftung raten.

Dazu kommt noch, was kaum beſonders hervorgehoben zu werden braucht, daß Gemüſe friſch aus dem Boden, friſch geerntet, ſchmackhafter iſt als ſolches, das oft abgelegen zu kaufen iſt. Letzteres iſt natürlich nicht immer der Fall, es wäre eine Herabſetzung der Tatſachen. Allerdings hängt das Geſchmackliche nicht nur von friſcher Ernte ab, ſondern auch von anderen Faktoren. Mit einiger Aufmerkſamkeit wird häufig ein Unterſchied zu erkennen ſein, je nach den Verhältniſſen, in denen die Pflanzen herangewachſen ſind.

Selbſtverſtändlich iſt es, daß durch oberflächliches, dilettantiſches Gärtnern auch gründliche Mißerfolge ſich zeigen können. Dieſe Ausführungen können davor nicht bewahren, wenn der Gartenbeſitzer ſelbſt nicht das Nötige tut, ſich nicht bei Erfahreneren in ſpeziellen Fragen Rat holt, da und dort ſich etwas abſieht und das oben Geſagte beſonders berückſichtigt.

Jetzt ſollen die Jahreszeiten zu den Arbeiten führen, die ſie mit ſich bringen.

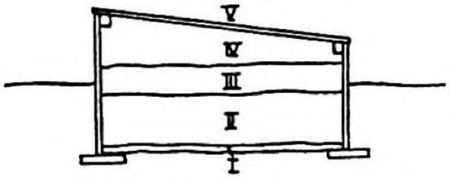
Frühjahrsarbeiten: Wer im Frühjahr nicht unliebſame Überraſchungen erleben will, kümmere ſich im Winter um die Inſtandſetzung der Geräte und ſehe nach den Samenvorräten. Die meiſten Samen bleiben 3 bis 5 Jahre keimfähig.

Beim Einkauf der neuen Sämereien ſollen ortsübliche, bewährte Sorten, die auch für die beſtimmte Jahreszeit paſſen, von zuverläſſigen Firmen gewählt werden. Es iſt auch ratſam, die Samentüten gleich mit der Jahreszahl zu verſehen, um ſpäter die Keimfähigkeit leichter feſtſtellen zu können. Schon bei der Beſorgung der Samen muß man ſich klar darüber ſein, welche Gewächſe man von Anfang an ſelber ziehen kann und welche nicht. Ein Großteil unſerer Gemüſe muß, um zur völligen Entwicklung zu gelangen, im Miſtbeet oder Frühbeet vorgezogen werden (z. B. Kohlarten, Sellerie uſw.). Steht der Hausfrau ſo viel Zeit zur Verfügung, daß ſie die tägliche Pflege des Miſtbeets ihrem Tageslauf einfügen kann, ſo iſt die Anzucht der Pflanzen ganz gut ſelbſt durchzuführen. Iſt regelmäßiges Verſorgen der jungen Pflanzen nicht möglich, ſo kaufe ſie dieſe lieber beim Gärtner.

Als Samenmengen werden für einen kleinen Haushalt von den meiſten Gemüſearten, die in Portionen ausgegeben werden, je eine ſolche genügen. Für ſchwerere Sämereien, wie Bohnen und Erbſen und ſolche Gemüſe, die auch direkt ins Freiland geſät werden, wie Wurzelgemüſe, außer Sellerie, u. a. ſeien folgende Mengen ein kleiner Anhaltspunkt:

Samen, die direkt ins Freie geſät werden:	Für 1 Quadratmeter Land braucht man in Gramm:
Erbſen	15—20
Stangenbohnen (gr. Sorte)	25—30
Buſchbohnen	15—20
Spinat	6—10
Feldſalat	¼—½
Gelbe Rüben oder Karotten	1
Schwarzwurzeln	4—5
Rote Rüben	12—15
Peterſilie	¾—1
Rettich	1½—2

Ein Miſtbeet kann auf primitive Weiſe ſelbſt gezimmert ſein; als Fenſter dient im Notfall ein übriges Winterfenſter des Hauſes. Die Konſtruktion ſehe man bei einem Gärtner ab. Die Lage muß geſchützt und die Fenſter leicht nach Süden geneigt ſein. (Siehe Abbildung.)



Miſtbeetquerſchnitt

I Iſolierſchicht aus Laub oder Stroh
II Miſtpackung
III Erde
IV Luftraum für Pflanzen
V Pflanzen

Beſſer iſt natürlich ein ſolide gefertigter Kaſten mit richtigen Miſtbeetfenſtern (Mehlhorn-Reformfenſter). 4 Fenſter genügen für den kleinen Garten, obwohl eine größere Zahl immer willkommen iſt. Im zeitigen Frühjahr brauchen wir für die 1. Ausſaat ein warmes Miſtbeet. Dafür wird in den ausgehobenen Kaſten nach Einſtreu von etwas Laub oder Stroh zur Iſolierung eine Lage Miſt, am beſten ſtrohiger Pferdemiſt, gleichmäßig eingeſchichtet und eingetreten. Die Dicke der Lage richtet ſich nach der gewünſchten Wärme und der Erdſchicht, die darüber Platz haben ſoll. Für einen warmen Kaſten (Packung zirka Februar) rechnet man durchſchnittlich eine 30 bis 40 Zentimeter hohe Miſtpackung und für die Anzucht von Setzpflanzen von Gemüſe und Blumen (Sommerblumen und Stauden) eine Erdſchicht von 10 bis 15 Zentimeter, die 10 Zentimeter (am unteren Kaſtenbrett gemeſſen) unter dem Fenſter zu liegen kommen ſoll. Zur Tomatenanzucht braucht man etwas mehr Erde (20 Zentimeter) und Luftraum (20 Zentimeter). Die Erde beſteht vorteilhaft aus einer Miſchung von Kompoſt- und Miſtbeeterde. Für die Anzucht von Spätgemüſe und Pflanzen von kürzerer Entwicklungsdauer genügt ein ſogenannter kalter Kaſten, der ſpäter beſät wird, wenn die Sonnenwärme allein ausreicht. Selbſtverſtändlich kann in kleineren Verhältniſſen ein kaltes und ein warmes Beet in einem Kaſten zuſammengelegt und durch entſprechende Weiterbehandlung die Bedingungen gehalten werden.

Die grundlegenden und die wichtigen vorbereitenden Arbeiten, wozu hauptſächlich die Herbſtarbeiten gehören, liegen hinter uns, es kommt das Frühjahr mit ſeiner Arbeitsfülle, für die die kommenden Abſchnitte in großen Umriſſen einen Überblick geben ſollen.

Ausſaatzeiten: Die erſte Ausſaat ins Miſtbeet wird je nach Gegend und Witterung, nachdem ſich der gepackte Kaſten genügend erwärmt hat, von Mitte Februar bis ſpäteſtens Anfang März ausgeführt. Die Erde muß gut, feinkrümelig und eben (= horizontal) vorbereitet ſein, nicht nach unten abſchüſſig. Samen, die lange Keimzeit haben, wie z. B. Sellerie und Lauch, ſollen aber weiterer Pflege und Platzausnützung wegen nicht zwiſchen ſolche mit kurzer Keimzeit geſät werden. Die Samen werden, nachdem ſie gleichmäßig geſtreut ſind, je nach ihrer eigenen Größe mit Erde dünn überſiebt, daß ſie gerade nicht mehr ſichtbar ſind. Danach ſind ſie zur beſſeren Verbindung mit der feuchten Erde mit einem glatten Brettchen anzudrücken. Auf Etiketten ſind Sortennamen und Ausſaatdatum zu vermerken und dazwiſchen zu ſtecken. Zur Ausſaat kommen alle Frühgemüſe, wie Frühſorten von Wirſing, Blaukraut, Weißkraut, Blumenkohl, Kohlrabi, Kopfſalat, Sommerlauch, ferner Sellerie, der ſehr lange zur Entwicklung braucht und Tomaten, die den warmen Kaſten nötig haben. Neuſeeländer-Spinat ſäen wir beſſer nicht direkt ins Miſtbeet, ſondern in kleine Töpfchen, weil er das Umpflanzen ohne Wurzelballen nicht liebt. Die kleinen Töpfchen können neben den anderen Ausſaaten im Miſtbeet eingeſenkt werden.

Die zweite Ausſaat kommt Ende März oder Anfang April in den Kaſten. Dazu gehören ſpätere Kohl-, Kohlrabi- und Salatſorten, Küchenkräuter, wie Majoran und Baſilikum und Sommerblumen. Ende April, Anfang Mai folgt die dritte Ausſaat mit Roſenkohl, eventuell Grünkohl und Sommerſalat. Dieſe kann oft auch gut auf ein geſchütztes Beet mit gutem Boden im Freiland geſät und ſpäter pikiert werden. Etwas Kopfſalat, wobei auf die geeigneten Sorten für Frühjahr und Sommer zu achten iſt, iſt alle 14 Tage zu ſäen, um fortlaufend ernten zu können.

Pflege der Sämlinge und Jungpflanzen im Miſtbeet.

Alle Ausſaaten, die noch nicht gekeimt haben, werden dunkel bei geſchloſſenen Fenſtern und gleichmäßiger Feuchtigkeit gehalten. Solche, die zu keimen anfangen, etwas lüften; ſobald die Mehrzahl gekeimt hat, ſoll Licht Zutritt bekommen, ſonſt werden die Sämlinge lang, geil und anfällig gegen Krankheiten. Nach wenigen Tagen die Pflänzchen, mit Ausnahme der wärmebedürftigeren, ſo luftig und kühl als möglich halten, dann bleiben die Pflanzen immer geſünder. Nur bei Oſtwind iſt Vorſicht zu empfehlen. Da er ſehr rauh iſt um dieſe Jahreszeit, kann er den jungen Pflanzen ſehr ſchaden; daher je nach Windrichtung lüften. (Wind ſoll nicht direkt hineinblaſen!) Stehen die Sämlinge zu dicht, oft ſchon nach 8 bis 10 Tagen, ſo werden ſie in ein anderes Fenſter oder, je nach Jahreszeit und Gemüſeart, ins Freiland pikiert oder verſtopft, wodurch eine Verzweigung der Wurzeln, ſomit größerer Pflanzenballen und ſonſtige Kräftigung erzielt wird. Pikierte Pflanzen ſind, bis ſie angewachſen ſind, ſchattig zu halten und vor Zugluft zu ſchützen; ſobald ſie Wurzel gefaßt haben, möglichſt abzuhärten!

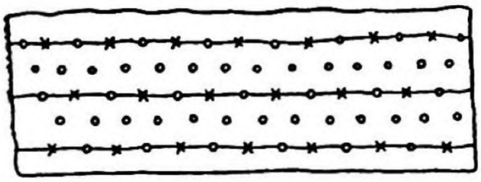
Je beſſer und verſtändnisvoller dies geſchehen iſt, deſto leichter werden die Pflänzchen im Freiland anwachſen. Geſchieht es aber ſchematiſch, ohne Rückſicht auf die ſteten Veränderungen des Lebens in der Natur, ſo werden die Pflanzen durch mangelhaftes Wachstum bald Antwort geben auf ſolche Behandlung. — Je nach Witterung und Jahreszeit und der Entwicklung der Miſtbeetpflanzen werden die Fenſter bei Nacht mit Strohmatten und Brettern gedeckt. Gießen geſchieht an kühlen Tagen mit temperiertem Waſſer gegen Mittag, in ſpäterer Jahreszeit morgens; dabei iſt die allergrößte Vorſicht nötig, beſonders bei trübem Wetter. Man überzeuge ſich immer zuerſt, ob es wirklich auch nötig iſt; wenn die Erde etwas grau ausſieht, ſo kann ſie unten noch mehr als feucht genug ſein.

Inzwiſchen muß im Freiland viel geſchehen. Der Frühling naht mit Brauſen und verſäumte Arbeit iſt kaum mehr einzuholen, alles muß ineinander greifen. Gelingt es, die Freilandausſaaten mit Ausnahme der froſtempfindlichen hinauszubringen, bis die Auspflanzung von Salat und Kohlarten aus dem Miſtbeet erfolgt, ſo iſt in der Zeiteinteilung viel gewonnen. Sobald der Boden von der Winternäſſe etwas abgetrocknet iſt, werden die Quartiere, die zuerſt für die Freilandausſaaten gebraucht werden, bearbeitet, am beſten mit Kreil und Rechen, für Ausſaaten feinkrümeliger als für Bepflanzung. Für Wurzelgemüſe wäre ſehr zu begrüßen, wenn auf das Land bei gefrorenem Boden Kompoſt gefahren würde.

Direkt ins Freiland geſät werden alle Wurzelgemüſe (ausgenommen Sellerie), Erbſen, Bohnen, ein Teil der Sommerblumen und einige Küchenkräuter. Bohnen ſind froſtempfindlich, haben alſo noch Zeit bis zu den Eismännern. Dagegen eilt es mit Karotten, Gelben Rüben und Peterſilie, die 3 bis 4 Wochen zum Aufgehen brauchen, Schwarzwurzeln, die möglichſt lange Wachstumszeit haben ſollen, Spinat und Erbſen, die wir gerne frühzeitig zur Verkürzung der gemüſearmen Zeit haben möchten. Steckzwiebeln und Ausſaatzwiebeln. Etwas ſpäter werden Rote Rüben, Mangold und Zichorie geſät. Die letzte wird im Sommer im Freiland herangezogen und liefert im Winter, an geeignetem Ort eingeſchlagen, gelbe Blättertriebe für friſchen Salat.

Kurz vor den Eismännern (11. bis 14. Mai) werden Bohnen, Gurken und Kürbis gelegt, damit ſie während der gefährlichen Nächte noch unter der Erde liegen. Von den Kartoffeln ſagt die Bauernregel: „Legſt mi im April, dann komm i, wann i will, legſt mi im Mai, dann komm i glei!“

Reihenſaat iſt meiſt der breitwürfigen Saat vorzuziehen, weil dadurch die Pflege der Pflanzen und damit beſſere Entwicklung weſentlich erleichtert iſt. Bei den Wurzelgemüſen kommen auf 1,20 Meter breite Normalbeete 5 bis 6 Reihen je nach Sorte. Tiefe der Rillen 3 bis 4 Zentimeter, bei Erbſen, die einzeln gelegt werden, 5 bis 8 Zentimeter (wollen tief liegen!). Bei der Dichte der Ausſaat ſoll daran gedacht werden, wie groß die Pflanzen etwa werden, und daß nicht ein jedes Körnlein aufgehen und Früchte bringen kann: etliches fiel auf das Felſige und etliches fiel unter die Dornen, 's iſt bei den Samen, wie bei den Menſchen und umgekehrt. Zu dichte Ausſaat läßt die Pflanzen nicht nebeneinander gedeihen, es muß durch Auslichten geholfen werden. Wer noch nie geſät hat, übe erſt etwas mit Sand, bis er es wagen kann, den koſtbaren Samen in die Erde zu ſtreuen. Andrücken z. B. mit dem Rechenrücken, in leichtem Boden mehr, in ſchwerem weniger, iſt zu empfehlen. Bis zum Aufgehen der Freilandsausſaaten kann zu ihrer Pflege von uns nichts geſchehen. Sobald aber die Reihen ſichtbar werden, kann mit einer Ziehhacke oder ſonſtigem geeignetem Gerät durchgezogen oder vorſichtig durchgehäckelt werden, damit von Anfang an das Unkraut niedergehalten wird und die Erde nicht verkruſtet. Um den Platz recht gut auszunützen, kann zwiſchen Ausſaaten, die langſam keimen und heranwachſen, eine Zwiſchenſaat (Zwiſchenkultur) gemacht werden von Pflanzen, die kurze Lebensdauer haben, z. B. Schnittſalat, Kreſſe oder Radieschen zwiſchen Gelben Rüben, Peterſilie uſw. Unter Vorkultur verſteht man auch eine Pflanzung oder eine Ausſaat von kurzlebigen Gewächſen, die abgeerntet werden können, ehe die Hauptkultur (Hauptpflanzung) erfolgt, was allerdings mehr für Gegenden mit langem Sommer in Frage kommt. In rauheren Lagen kann z. B. Salat wohl vor der Hauptkultur gepflanzt werden, aber gleich ſo in der Platzeinteilung, daß die Stelle für die Hauptpflanzung frei bleibt. Ein Beiſpiel dafür iſt folgende Abbildung:



Beiſpiel für Haupt- und Zwiſchenkultur

× Wirſing im Abſtand von 50 Zentimeter

⊙ Salat im Abſtand von 25 Zentimeter

Um dieſe intenſive Raumausnützung durchführen zu können, muß ſchon in der Anzucht der Pflanzen darauf geachtet werden, daß ſie zur rechten Zeit zur Verfügung ſtehen.

Ein Teil der Küchenkräuter, die in der neuzeitlichen Ernährung eine große Rolle ſpielen, wird auch an Ort und Stelle geſät. Ihr Anbau im eigenen Hausgarten iſt unbedingt zu raten; die Geſchmacksſtoffe leiden, wenn die Kräuter nicht friſch verwendet werden, außerdem ſind lange nicht alle, die die fortſchrittliche Küche wünſcht, zu kaufen. Sie ſind viel zu wenig bekannt, obwohl ihnen in alten Zeiten ein großer Wert zugeſchrieben wurde, und es liegt noch gar nicht ſo lange zurück, daß ein Teil davon in Vergeſſenheit geraten iſt. Küchenkräuter ſollten auch in einem Hausgarten, der weiter keine Nutzpflanzen kultiviert, gezogen werden. Sie laſſen ſich gut in einer ſonnigen Ecke des Gartens unterbringen, da ſie ja äußerſt wenig Platz beanſpruchen. Ratſam iſt es, die Kräuter in der Nähe der Küche zuſammen anzubauen, dann werden ſie ſicher öfters in die Speiſen wandern, als wenn ſie im ganzen Garten zuſammengeſucht werden müſſen, obwohl die ausdauernden wieder ganz gut in ein Staudenbeet eingefügt werden können. An Ort und Stelle werden geſät: Peterſilie, Dill, Kerbel (Anthriscus cerefolium), Boretſch oder Gurkenkraut (Borago off.), Bohnenkraut (Satureja hortensis). Für den Bedarf eines mittelgroßen Haushaltes reicht es, von Boretſch 2 bis 4 Körner in 20 Zentimeter Abſtand zu legen, von Peterſilie und Kerbel wird man mit 1 bis 2 Quadratmeter genug haben, von den übrigen reicht ½ Meter Reihenſaat gewiß. Gartenkreſſe kann als Würzkraut auch etwas dazu kommen, für Salatzwecke im 1. Frühjahr iſt ſie aber beſſer als Zwiſchenſaat zu Wurzelgemüſen zu bauen. Von den kurzlebigen Würzkräutern, wie Boretſch, Kerbel und Dill, ſind im Lauf des Sommers mehrere Ausſaaten zu machen. Baſilikum (Ocymum basilicum) und Majoran werden Mitte bis Ende Mai aus dem Miſtbeet ins Freie gepflanzt. Zu den mehrjährigen und ausdauernden Küchenkräutern gehören:

Beifuß, Liebſtöckel, Thymian, Sauerampfer, Eſtragon, Pimpinelle, Salbei, Schnittlauch und Zitronenmeliſſe.

Eine Pflanze von jeder Art liefert reichlich für einen größeren Haushalt, von Sauerampfer und Schnittlauch je nach Bedarf 1 bis 3 Quadratmeter ebenfalls. Ihre Verwendung iſt in anderen Kapiteln beſchrieben. Die Vermehrung kann durch Teilung der Stöcke geſchehen; manche Pflanze wird aus Nachbargärten, beſonders älteren Gärten, einzutauſchen ſein. Das wäre einfacher als die Anzucht, weil ſo wenig von den einzelnen gebraucht wird. Was auf dieſe Weiſe nicht erhältlich iſt, kann im Miſtbeet oder in Töpfen im Mai oder Juni für das nächſte Jahr vorgezogen werden.

Die wichtigſte Pflanzzeit für Gemüſe iſt Mitte bis Ende April, in beſonders rauher Lage etwas ſpäter. Salat, Kohlrabi, Frühkohlarten, zuletzt Sellerie und Sommerlauch, werden nach guter Abhärtung im Anzuchtbeet gepflanzt, mit Berückſichtigung der Bebauungsſkizze und Flächenausnützung durch Zwiſchenkulturen. Pflanzweite Frühkohlſorten und Sellerie 40 bis 50 Zentimeter, für Spätſorten 50 bis 60 Zentimeter, die anderen Gemüſe je nach Wuchs. Salat und Kohlrabi zirka 25 bis 30 Zentimeter, Lauch und Zwiebeln 15 bis 25 Zentimeter.

Kurz vor den Eismännern werden Buſchbohnen, eventuell Stangenbohnen, Gurken und Kürbis gelegt. Bei Buſchbohnen 3 Reihen auf 1 Beet, entweder die einzelnen Kerne mit 10 Zentimeter Abſtand, oder in flachen Mulden 5 bis 6 Kerne im Kreis gelegt. Bei Stangenbohnen kommen 4 bis 7 Kerne um jede Stange, die in 50 Zentimeter Entfernung geſteckt ſind. Bohnen wollen im Gegenſatz zu Erbſen flach liegen. Gurken und Kürbis werden vorteilhaft auf kleine Hügel gelegt.

An den Tagen, an denen Nachtfroſt droht, iſt viel Aufmerkſamkeit nötig, daß gefährdete Pflanzen, wie zu früh gekeimte Bohnen und junge Dahlientriebe, auch die Pflanzen im Miſtbeet geſchützt werden. Im Freiland iſt durch Überſtülpen eines Topfes oder durch Zuhäufeln der Reihen oft leicht geholfen.

Iſt die Froſtgefahr vorüber, dann kann in raſcher Folge alles ausgepflanzt werden, was im Miſtbeet noch zurückgehalten wurde. Neben anderen Rückſtänden ſind dies beſonders die Tomaten, die an Stöcke ziemlich tief in ½ bis ¾ Meter Entfernung gepflanzt werden. Haben ſich aus den Blattachſen ſchon Seitentriebe (Geize) entwickelt, ſo werden dieſe weggenommen, damit ſich der Haupttrieb beſſer und ſchneller entwickelt. In wärmeren Lagen iſt es auch üblich, 2 bis 3 Triebe zur Entwicklung kommen zu laſſen. Kürbiſſe finden auf dem Kompoſthaufen einen geeigneten Platz.

Auch die Blumenrabatten kommen jetzt zu ihrem Recht und werden bepflanzt, wenn ſie nicht ſchon mit Blumen, die an Ort und Stelle geſät werden, mit den übrigen Freilandausſaaten beſtellt ſind. Näheres hierüber iſt in dem Teil über Blumenpflege zu finden.

Die freigewordenen Frühbeete ſind für Miſtbeetgurken oder für die Anzucht von Stauden (ſiehe Blumenpflege) recht gut auszuwerten. Der gute Platz iſt ſo koſtbar, daß er den ganzen Sommer und Herbſt nicht unausgenützt ſtehen ſoll. Nach den Gurken kann beiſpielsweiſe Endivienſalat gepflanzt werden, der weit in den Winter hinein den Küchenzettel bereichert. Auch können im Spätherbſt die leeren Käſten als Mieten für einzuwinterndes Gemüſe dienen.

Arbeiten nach der Beſtellung.

Im Freiland beginnt, nachdem alles ausgeſät und gepflanzt iſt, der Kampf gegen das Unkraut und die Lockerung der Erde durch möglichſt häufiges Bearbeiten mit Ziehhacken oder gewöhnlichen Hacken.

Bei Neupflanzungen muß bei trockener Witterung viel gegoſſen werden. Kranke oder nicht angewachſene Pflanzen ſind durch Nachpflanzung zu erſetzen. Tieriſchen oder pflanzlichen Schäden und Schädlingen iſt durch gute Pflege vorzubeugen, bei ihrem Auftritt im Notfall durch Bekämpfung abzuhelfen, die immer ſchwerer ſein wird als die Vorbeugung. Im kleinen Garten wird meiſt ein Abſammeln tieriſcher Schädlinge, Schneiden und Verbrennen kranker Pflanzenteile in Frage kommen. Außerdem iſt für den Schutz nützlicher Vögel und Inſekten zu ſorgen, die jedem zum Studium empfohlen ſind.

Zu der allgemeinen Pflege kommt die der einzelnen Pflanzenarten. So iſt es ſehr wichtig, alle zu dicht ſtehenden Reihenſaaten von Wurzelgemüſen z. B. zu verziehen oder auszulichten. Man läßt möglichſt die kräftigen Pflanzen ſtehen und nimmt ſchwächere heraus, und zwar verzieht man Karotten und Schnittpeterſilie auf zirka 3 bis 5 Zentimeter, alle Wurzelgemüſearten für den Spätbedarf, auch Zwiebel- und Lauchausſaaten, auf 12 bis 15 Zentimeter Entfernung von einer Pflanze zur anderen. Der Anfänger findet dieſe Pflanzenverſchwendung meiſt herzlos und ſcheut ſich davor, wirklich weit genug zu verziehen. Bei der Ernte im Herbſt aber, wenn es ſchöne, gleichmäßig große Rüben gibt, ſieht er die Notwendigkeit des Auslichtens ohne weiteres ein. Andere wichtige Pflegearbeiten ſind das rechtzeitige Häufeln und Aufreiſern von Erbſen (wenn ſie zirka 12 Zentimeter hoch ſind), damit ſie feſter ſtehen, ſich beſſer bewurzeln und hochklettern können, ebenſo das Häufeln der Kohlarten und Bohnen und das Jauchen oder Kopfdüngen von Kohlgemüſen, Sellerie, Lauch, Rhabarber uſw. an trüben Tagen, wenn ſie gut bewurzelt ſind; am beſten alle 3 Wochen im Sommer, bei Spätgemüſen bis anfangs September. Tomaten können bis zum Blütenanſatz auch noch gedüngt werden. Außerdem muß man ſie ſtändig „entgeizen“ (= Ausbrechen der Nebentriebe) und aufbinden. Genaue Rezepte, nach denen man ſich bequem richten könnte, gibt es in der Pflege des Gartens nicht. Er erfordert alltäglich Umſtellung auf die Verhältniſſe draußen von unten und oben. Ein gutes Mittel wird aber ſein, recht oft durch den Garten zu gehen. Mängel und Fortſchritte im einzelnen wie im ganzen ſelbſt zu ſuchen, um ihnen abzuhelfen, daran zu lernen oder Rat bei Gartenfreunden oder Fachleuten zu holen.

Große Aufmerkſamkeit iſt auf rechtzeitiges Ernten der einzelnen Gemüſe zu verwenden. Wird zu früh geerntet, iſt der Ertrag ſchlecht ausgewertet, geſchieht es zu ſpät, ſo leiden Qualität und Geſchmack. Ein Beiſpiel ſeien Bohnen und Erbſen. Bei Kohlköpfen und Salat iſt auch ſorglich auszuſuchen, was zuerſt weg muß; bei heißem Wetter ſchießen dieſe Gewächſe ſchnell.

Kaum ſind die erſten Gemüſe abgeerntet, kann der Platz gleich mit Nachkulturen angebaut werden. So kann nach den erſten Erbſen im Juli, deren Stroh als Gründüngung untergegraben wird, Kopfſalat (geeignete Sorten) für den Herbſt gepflanzt werden, ebenſo Sommerendivien. Im Auguſt und eventuell noch im September wird vorzugsweiſe nach Bohnen oder Erbſen Spinat und Feldſalat für Herbſt und das kommende Frühjahr geſät (6- bis 7reihig). Auch Endivienſalat wird in mildem Klima bis Mitte Auguſt noch für den Bedarf im

Spätherbſt gepflanzt, ja bis weit in den Winter hinein kann der Vorrat in luftigem Keller oder ins Miſtbeet eingeſchlagen werden.

Ernte im Herbſt. Vor den erſten Nachtfröſten im Herbſt, die bei etwas Aufmerkſamkeit oft vorauszuſehen ſind (klares Wetter), müſſen die froſtempfindlichen Gemüſe und Früchte geborgen und eingeerntet ſein. Dazu gehören: Bohnen, Tomaten, Gurken, Kürbis. Rote Rüben und Sellerie vertragen wohl den erſten Froſt, der nur an die Blätter geht, aber nicht mehr. Alle ſpäten Kohlarten und Wurzelgemüſe bleiben vorteilhaft draußen, ſo lange es die Witterung erlaubt. Sie vertragen gut einige Nachtfröſte. In manchen Gegenden kann man ſie bis Ende Oktober oder ſogar Mitte November am Standort laſſen, damit ſie gut ausreifen können. Anderſeits ſoll für das Abernten aus leicht erklärlichen Gründen gutes, trockenes Wetter gewählt werden, was zu dieſer Jahreszeit nicht gerade einfach iſt. Über Aufbewahrung und Pflege der Vorräte ſiehe Vorratsbereitung.

Roſenkohl, Grünkohl, Lauch und Peterſilie ertragen gut etwas Schnee und ſtärkeren Froſt, letzterer macht Roſenkohl und Grünkohl ſogar ſchmackhafter. Nur gegen große Schneelaſten und ſtarke Kontraſte von Kälte, Näſſe und Wärme ſind die oben genannten Gemüſearten empfindlich. In Gegenden mit ſtrengen, langen Wintern empfiehlt es ſich daher, von Roſenkohl und Grünkohl nur ſo viel an Ort und Stelle zu laſſen, was vor Weihnachten verwendet wird. Die übrigen Pflanzen werden beſſer im Miſtbeet oder an Ort und Stelle eingeſchlagen und eventuell mit Tannenreiſig leicht zugedeckt. Von Lauch braucht nur ſo viel eingeſchlagen werden, daß der Haushalt auch bei Schnee damit verſorgt iſt. Ebenſo iſt es mit Schnittpeterſilie. Beide überwintern ſehr gut im Freien. Näheres bei Einwinterung der Gemüſe ſiehe Vorratsbereitung.

Obſtbaumpflege

Im Laufe des Sommers dürfen die Obſtbäume nicht vergeſſen werden.

Bei jungen Bäumen iſt nachzuſehen, ob ſie vom Baumpfahl losgeriſſen ſind, oder ob das Baumband zu eng geworden iſt und einſchnürt. Stehen Bäume auf dem Raſen, ſo wird der Boden durch Baumſcheiben offen gehalten, die öfters zu lockern und unkrautfrei zu halten ſind. Im Hausgarten iſt auch durchführbar, jungen oder ſtark tragenden Bäumen mit Bewäſſerung durch eine Trockenperiode zu helfen.

Die ſchlimmſten und am häufigſten vorkommenden Schädlinge ſind der Apfelwickler, der Apfelblütenſtecher und der Froſtſpanner. Erſterer iſt ein kleiner, mottenähnlicher Schmetterling, deſſen Maden uns aus den „wurmigen“ Früchten bekannt und doch unbekannt ſind. Die geſchädigten Früchte fallen zu Boden und die Maden ſuchen ſofort wieder den Weg zum Baum, um ſich unter der Rinde zu verpuppen, wobei ihnen durch Umlegen von Wellpapperingen (Fanggürtel „Einfach“) am Stamm im Juni eine Falle geſtellt wird, die von den Vögeln ausgepickt oder auch verbrannt wird. Das gleiche Gegenmittel iſt auch für den Apfelblütenſtecher, einen kleinen Rüſſelkäfer, erfolgreich. Die Bekämpfung des Froſtſpanners iſt bei den Herbſtarbeiten angeführt. Es gibt ein Heer von tieriſchen und pflanzlichen Schädlingen, das nicht leicht zu bekriegen iſt, hat es einmal Überhand genommen. Vorbeugung durch gute Pflege und ein wachſames Auge ſind unſere beſten Kampfmittel, zu denen ſich einige nützliche Inſekten und ganz beſonders viele Singvögel geſellen.

Geht es dem Herbſt entgegen, ſo können viele ſchwer beladene Zweige ihre Laſt kaum mehr tragen; da iſt durch Stützen oder Aufbinden zu helfen, wo es geht. Wann ſind aber die Früchte reif, wann dürfen ſie geerntet werden? Das iſt ſehr verſchieden nach Sorte und Gegend, aber für alle gilt das eine, wenn die Äpfel oder Birnen ſich ſo leicht vom Fruchtholz löſen laſſen, daß weder Stiel noch Holz abbrechen. Eß- oder Lagerreife fällt nur bei Frühſorten mit der Baumreife zuſammen.

Die Obſternte iſt ſo recht eine Arbeit, nein, bei gutem Wetter eine Freude, an der ſich die ganze Familie beteiligen kann. Jeder, bis zum ABC-Schützen, kann ſein Amt verſehen, deren es viele gibt: Für die Kleinen z. B. Körbe mit weichem Material auslegen, Pflücker ausleeren, das gefallene Obſt in beſondere Körbe ſammeln uſw.; für die Großen Pflücken von der Leiter mit der Hand oder dem Apfelpflücker. (Es gibt ſolche, die das Greifen der Hand nachahmen, und die bekannteren, bei denen um ein Säckchen Zähne angeordnet ſind.) Mit Übung und Geſchicklichkeit ſind beide gut brauchbar. Die menſchliche Hand iſt dennoch der beſte Pflücker. Nicht nur darauf iſt zu achten, alle Früchte vom Baum herunter zu holen, wichtiger iſt die Schonung des Fruchtholzes, wie die des ganzen Baumes. Sonſt iſt jede Ernte eine Leidenszeit für den Baum, die ihre Folgen hat. Darauf müſſen beſonders die Buben aufmerkſam gemacht werden, die mit Begeiſterung wie die Affen im Baum herumklettern und ſich zuweilen wie Nagetiere gebärden, wobei allerdings das Holz nicht gefährdet iſt!

Das gepflückte Obſt ſoll nicht aus der Herbſtſonne direkt in den Keller wandern. Ein Übergang muß geſchaffen werden, man ſagt, das Obſt muß abſchwitzen, wofür eine luftige Kammer geeignet iſt.

Vorwinter-Arbeiten. Ehe die Schneedecke die Erde bedeckt, aus der uns im Sommer all die vielen Farben, die wechſelnden Geſtalten geſproßt und gereift ſind, müſſen wir den Anfang für das nächſte Jahr gemacht haben. Wenn das Gemüſe eingeheimſt, die Früchte geerntet ſind und ein Nachtfroſt die Blumen zerſtört hat, ſo dürfen wir noch nicht von der Arbeit draußen ruhen. Die Samen warten wieder auf ihre Zeit, um jedes Jahr mit neuer Kraft zu keimen. Dieſe Zeit darf nicht herankommen, bevor wir vorſorglich an alles denken, was zur Vorbereitung für das neue Wachstum nötig iſt. Wie köſtlich iſt's, wenn der Schnee auf die gegrabene Scholle fällt. Die Ruhe, die draußen liegt, kann wohl der am beſten mitempfinden, der ſelbſt mit Hand angelegt hat und weiß, der Anfang für das kommende Frühjahr iſt unter der Decke geborgen.

Was gehört zur Vorarbeit fürs Frühjahr. Was muß im Herbſt alles geſchehen.

Das Land wird für den Winter grobſchollig gegraben, unbearbeitete Erde macht der Froſt nicht locker. Beim Untergraben des Miſts iſt die Bebauungsſkizze mit der Wechſelwirtſchaft maßgebend. Auf das Quartier, das im nächſten Jahre das erſte wird, kommt der Miſt. Iſt dieſer gut verrottet, ſo kann er ebenſo gut im Frühjahr mit untergehackt werden, ein ſeichtes Unterarbeiten iſt ſogar recht gut. Neuere Verſuche zeigen, daß verrotteter Miſt, nach der Pflanzung auf das Erdreich ausgebreitet, eine äußerſt günſtige Wirkung hat, die nicht nur auf den Zuſtand des Bodens und der Kulturpflanzen Einfluß hat, ſondern auch im Kampf gegen das Unkraut durch Abdecken helfen kann. Neben der Umgrabearbeit können Rückſtände von Gemüſeernten verkompoſtiert oder an Ort und Stelle untergegraben werden. Dagegen müſſen Teile, die leicht Krankheiten übertragen, wie z. B. Kohlſtrünke, aus dem Garten verſchwinden und ins Feuer oder den Aſcheneimer kommen, die nicht wieder in den Garten wandern. Eine andere wichtige Herbſtarbeit iſt das Umſetzen des Kompoſts und ſeine richtige Behandlung, wie ſie bereits beſchrieben iſt.

Als dritte große Herbſtarbeit iſt die Pflege der Obſtbäume vorzunehmen.

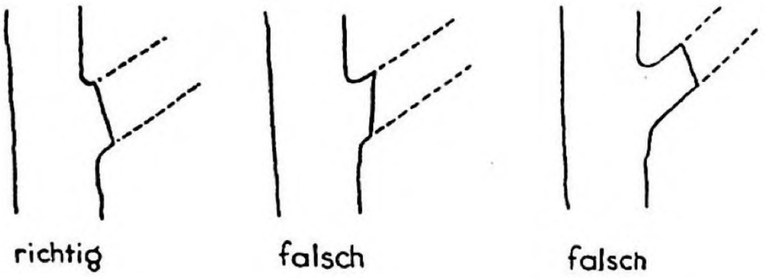
Vom Obſtbau wird mit Recht geſagt, daß er das Gefühl für Bodenſtändigkeit und die Liebe zur Scholle wieder wecken könne. Nicht nur die ſichtbaren Erfolge ſind es, die er bringt, wie ja auch im übrigen Garten nicht nur dieſe zu finden ſind. Der Baum lebt uns die Jahreszeiten Frühjahr, Sommer, Herbſt und Winter beſonders deutlich vor, um nach der Ruhezeit uns das Leben von neuem zu zeigen und uns an ſeinem Gedeihen auch die Pflege wiederzuſpiegeln, die der Menſch an ihn gewendet hat. Deshalb möchte ich jedem raten, wenn es die Verhältniſſe geſtatten, etwas Obſtbau zu treiben, ſeine Bäume ſelbſt zu pflegen, darin mehr zu lernen, als in dieſem Rahmen angedeutet werden kann, dann wird er die Freude ſelber ſpüren.

Im Obſtbau gilt es noch mehr als bei anderen Gewächſen, für die jeweiligen Verhältniſſe die geeigneten Sorten auszuſuchen; Klima, Bodenverhältniſſe und Lage ſpielen eine ſo große Rolle, daß eine langjährige Erfahrung nötig iſt, um bei der Pflanzung richtig zu verfahren. Krankheiten und unbefriedigende Erfahrungen ſind in den meiſten Fällen Folgen falſcher Sortenauswahl für die betreffende Gegend. Auch die Erziehung und der Schnitt der jungen Krone ſoll hier nicht beſchrieben werden, obwohl ſie nach fachkundiger Anleitung nicht ſo ſchwierig iſt, dafür lieber die weitere Pflege, die auch Anfängern zugänglich iſt.

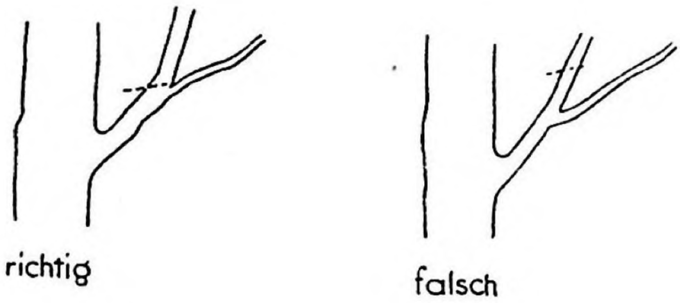
Davon fallen die Hauptarbeiten in den Herbſt, wie Ausputzen der Bäume, Reinigen der Rinde, Schutz gegen Wildverbiß und Froſtſpanner. Zum Ausputzen, worunter Ausſägen überflüſſiger Äſte zu verſtehen iſt, braucht man eine ſtandſichere Leiter, eine Baumſäge, mit der leicht in die Aſtgabelungen zu gelangen iſt (z. B. Idunaſäge), ein ſcharfes, kräftiges Meſſer (am beſten Gartenhippe mit gebogener Klinge) zum Glattſchneiden der Wunden und Baumwachs zum Verſtreichen derſelben.

Zum Reinigen älterer Stämme ſind ein Baumkratzer und ſtarke Bürſten aus Fiſchbein zu raten. Vielfach werden auch Drahtbürſten verwendet, die aber ihrer Schärfe wegen ſehr mit Vorſicht zu gebrauchen ſind. Das Ausputzen kann im Herbſt, bei milder Witterung den ganzen Winter durch erfolgen, dagegen nicht bis weit ins Frühjahr hinein, wie es häufig gemacht wird. Sehr großer Saftverluſt wäre die Folge, der nur in beſonderen Fällen, z. B. bei zu ſtarkem Holztrieb, angeſtrebt wird. Klima und Baumart ſpielen dabei eine große Rolle. Für normale Verhältniſſe iſt dem Anfänger zu raten, im Spätſommer oder Herbſt, wenn noch etwas Laub auf den Bäumen hängt, zu beginnen. Schlechte und zu dicht ſtehende Äſte ſind leichter zu erkennen und die Wundenheilung beſſer als im Winter. Ziel ſoll ſein, daß jedem Aſt möglichſt viel Luft und Sonne zukommt, daß auf den Wuchs und die Kronenbildung des betreffenden Baumes Rückſicht genommen wird, daß krankes Holz, wenn noch möglich, durch Ausſchneiden und Verſtreichen geheilt wird. Wenn Hochſtämme alle 3 Jahre durchgeſehen werden, nachdem ein guter Aufbau der Krone angelegt iſt, genügt es. Dabei ſind alle Äſte zu entfernen, die zu dicht ſtehen, ſolche, die ſich reiben und kreuzen, die krankes Holz haben, das nicht mehr zu heilen iſt. Es ſei darauf aufmerkſam gemacht, daß der Baum immer zuerſt als Ganzes zu betrachten iſt, daß man ſich vorſtellen muß, wie die Form wirkt, wenn dieſer oder jener Aſt herausfällt, ehe darauf losgeſäbelt und Schaden angerichtet wird. Die Baumpflege iſt dennoch eine Arbeit, die mit Sorgfalt und Einfühlen auch von einem wenig Geübten ausgeführt werden kann.

Bei der Entfernung ganzer Äſte darf kein Stumpf ſtehen bleiben. Bei Wegnahme von Aſtteilen iſt über einer Verzweigung oder einem jungen Trieb, der als Zugaſt für den Saftſtrom dient, abzuſchneiden. Beim Ausſägen größerer Äſte muß erſt ein Stück über der eigentlichen Schnittſtelle geſägt werden, um durch das Gewicht des fallenden Aſtes Splittern des guten Holzes oder Abreißen der Rinde zu vermeiden. Aus demſelben Grunde wird jeder Aſt zuerſt von unten angeſägt.



Schnittwunden bei Wegnahme ganzer Äſte



Schnittwunden bei Wegnahme von Aſtteilen

Richtige und falſche Sägewunden ſind aus den obigen Abbildungen zu ſehen, wobei auf die Schrägung der Schnittflächen beſonders zu achten iſt. Die entſtandenen Wunden ſind mit ſcharfem Meſſer glatt zu ſchneiden und mit Baumwachs zu verſtreichen zum Schutz gegen Witterungseinflüſſe, die leicht offenen Wunden ſchaden und Überwallung mit Wundgewebe, das der Baum ſelbſt bildet, verhindert. Waſſerſchoſſe dürfen nicht blindlings entfernt werden, wie oft angenommen wird. Sie können recht gut durch geeigneten Rückſchnitt zu Fruchtzweigen umerzogen werden und unter Umſtänden eine Lücke ausfüllen. Iſt dies nicht nötig, ſo werden ſie ganz (auf Aſtring) weggenommen.

Rindenpflege. Bei der Rindenreinigung werden alle abgeſtorbenen Teile, Mooſe und Flechten, die ſich auf ſolchen anſiedeln, mit dem Baumkratzer und mit Bürſten entfernt, ohne die geſunde Rinde zu verletzen. Mit Eiſenwerkzeugen muß daher etwas nachgiebig gearbeitet werden, beſonders mit dem Baumkratzer. Wird das Säubern der Rinde vernachläſſigt, ſo entfaltet ſich ein reges Leben tieriſcher und pflanzlicher Schädlinge an den Bäumen.

Junge Stämme ſind in ungeſchützten Gärten gegen Wildverbiß entweder durch Dornenzweige oder Drahthoſen zu ſchützen. Gegen den Froſtſpanner, deſſen Raupen die Bäume kahl freſſen können, werden Anfang Oktober Leimringe um die Stämme gelegt. Sie verwehren den weiblichen Tieren das Aufkriechen in die Krone, in der ſie ihre Eier ablegen wollen.

Vogelſchutz. Im Kampf gegen die Kleintierwelt der Schädlinge iſt uns ein großer Teil der Vogelwelt verbündet. Nicht allein aus dieſem Grund ſollte man ihr durch den Winter helfen. Wie viel Freude können uns z. B. Meiſen machen, wenn ſie, oft beinahe zutraulich, dicht vor unſeren Augen ihre Kletterkunſtſtücke machen und ſich bemühen, einen Nußkern aus einem aufgehängten Säckchen zu ziehen. Auch mit anderen Vögeln, die wir ſonſt oft nur von Ferne ſehen oder hören, können wir Bekanntſchaft machen und ſie in ihrer Eigenart kennen lernen. Für Kinder wäre es eine liebevolle Aufgabe, die kleinen Freunde regelmäßig zu verſorgen und ihnen die rauhe Jahreszeit zu erleichtern. Große Ausgaben ſind dafür gewiß nicht nötig. Grauſam wäre es aber, die einmal angefangene Fütterung aus Unachtſamkeit bei großer Kälte oder Schnee aufzugeben. Viele der kleinen Vögel, die ſich auf den Futterplatz verlaſſen, müßten jämmerlich verhungern. Die Futterplätze müſſen wetterſicheren Unterſchlupf gewähren und dürfen Katzen nicht zugänglich ſein. Für Meiſen und andere Körnerfreſſen eignen ſich Hanf, Sonnenblumenkerne und ungeſalzener Speck. Für letzteren ſind ſie bei der Kälte ſehr dankbar. Wird er geſalzen gereicht, ſo erweckt er großen Durſt, den die Tiere nicht löſchen können. Vielfach wird auch empfohlen, Trinkgefäße aufzuſtellen, was bei großer Kälte auch leichter geſagt als getan iſt. Küchenabfälle, Brotbröſel, Feigen und eventuell Roſinen werden von Weichfreſſern, z. B. Finken, gerne geholt.

Einen kurzen Einblick ſollen die folgenden Zeilen in die Arbeiten am Spalierobſt geben. Eine Anleitung wollen ſie nicht ſein, es wäre zu gefährlich, dieſe in wenig Abſchnitte zu zwingen. Mehr zu empfehlen iſt, bei den nötigen Arbeiten zuzuſehen, wenn ſie ein Fachkundiger ausführt.

In geeigneter Lage, bei richtiger Sortenauswahl und Pflege, ſind an Spalierbäumen die ſchönſten Früchte zu erzielen. Durch die Möglichkeit, alle Teile des Baumes mit der pflegenden Hand zu erreichen, ſind weitgehende Eingriffe möglich. Nicht nur die Form des Baumes hängt größtenteils von der Pflege ab, ſondern auch die Garnierung der Äſte mit Fruchtholz, ja die Entwicklung jeder Frucht.

Das erfordert mehr Arbeit als am Hochſtamm oder an Buſchformen, obwohl eigentlich mehr Arbeit nicht ganz richtig geſagt iſt. Öfteres Darandenken und damit verbundene Kleinarbeit wäre richtiger. Der Schnitt der Formbäume geſchieht zum Teil in unbelaubtem Zuſtand (Trockenholzſchnitt), zum Teil in belaubtem (Grünholzſchnitt). Es richtet ſich jedoch nach Sorte und Gegend, ob der erſtere mehr im Herbſt oder im Frühjahr ausgeführt wird. Der Trockenholzſchnitt bewirkt hauptſächlich die Ausbildung der Holzzweige, der Grünholzſchnitt arbeitet auf Bildung von Fruchtholz. Letzteres wird durch Pinzieren (Entſpitzen) erreicht, das 1- bis 2mal während des Hauptwachstums im Sommer angewendet oder bei beſtimmten Sorten durch Abdrehen von Trieben erſetzt wird. Niederbinden von Zweigen und Trieben, das eine Saftſtauung verurſacht, iſt auch ein Mittel, Holztriebe oder Knoſpen in Fruchttriebe umzuwandeln. Maßnahmen zur Ausbildung ſchöner, großer Früchte ſind insbeſondere Ausbrechen zu dicht ſtehender Fruchtanſätze, Düngen des Baumes durch gut verrotteten Miſt oder Kompoſt, Bekämpfung der Schädlinge, wie andere allgemeine Baumpflegearbeiten.

Bei der Pflege des Spalierobſtes wirken ſich Verſäumniſſe oft raſch aus; ſie wieder gut zu machen, dauert beträchtlich länger.

Pflege des Beerenobſtes

Die Pflege des Beerenobſtes, die auch hauptſächlich in den Herbſt fällt, iſt nicht gerade ſchwierig, wenn bei der Pflanzung der Sträucher die wichtigſten Faktoren, gute Bodenvorbereitung und richtige Pflanzweite, Beachtung fanden.

Die Johannisbeeren 2 Meter in geſchloſſener Pflanzung, 1½ Meter auf Rabatten. Stachelbeeren 1½ Meter in geſchloſſener Pflanzung, 1 Meter auf Rabatten.

Beerenobſt iſt ſo richtig für den Hausgarten geeignet, ſowohl in ſeinen beſcheidenen Pflegeanſprüchen, als auch in ſeiner Verwendung. Die Früchte ſind zum Friſchverwenden, als Bereicherung des Küchenzettels und zum Konſervieren für den Winter gleich willkommen.

Johannisbeeren und Stachelbeeren bedürfen ähnlicher Pflege. Sie ſollen nicht zu dickbuſchigen Sträuchern wachſen, wie ſie oft in Gärten anzutreffen ſind und viel kleinere Beeren tragen, als lichte Büſche. Die Früchte ſitzen an vorjährigem Holz, deshalb wird beim Auslichten das ältere entfernt. Die Form des Strauches und die gleichmäßige Ausnützung des Luftraumes muß immer im Auge behalten werden. Bei dicht verzweigten Sträuchern iſt es oft nicht leicht, die Zweige mit richtiger Schnittwunde zu entfernen und ohne Stummel ſtehen zu laſſen; deshalb iſt es beſſer, alljährlich auszuſchneiden oder, wenn nötig, zu verjüngen. Unter Verjüngen iſt gründliches Zurückſchneiden alten Holzes auf junge Triebe zu verſtehen, wie es bei Obſtbäumen, die in ihrer Trag- und Triebkraft nachlaſſen, auch oft vorgenommen wird. Bei der Bodenbearbeitung im Herbſt kann alle 2 bis 3 Jahre verrotteter Miſt oder Kompoſterde flach untergegraben werden, oder der Miſt wird auch zweckmäßig im Frühjahr oberirdiſch um den Strauch gebreitet, damit der Boden gleichmäßig feucht bleibt und aus anderen bekannten Gründen.

Auch die Himbeere, die halb ſchattigen Standort liebt, iſt leicht zu behandeln. Neben guter Bodenbearbeitung ſind beim Schnitt, der im Herbſt oder Winter erfolgt, alle 2jährigen und trockenen Triebe bis zum Boden zurückzuſchneiden. Ruten, die einmal getragen haben, ſterben ab und ſind leicht zu erkennen. Beſonders lange, junge Triebe können ein Stückchen eingeſtutzt werden zur Anregung der Seitenaustriebe; an denen die Früchte ſitzen.

Zur Bekleidung von Zäunen und zugleich zum Schutz gegen Eindringlinge können die ſtachligen Sträucher der Brombeere dienen. Ihre Kultur ähnelt der der Himbeere, nur iſt die Pflege der ſtark wuchernden Pflanzen eine oft ſchmerzhafte Angelegenheit, und die feinen Früchte wollen wohl verdient ſein; auch ſind ſie etwas froſtempfindlich und können daher nur in geſchützten Lagen zum Anbau empfohlen werden.

Erdbeeren können entweder im zeitigen Frühjahr oder im Auguſt gepflanzt werden. Sie lieben kräftigen, nicht zu leichten Boden und ſonnigen Standort. Pflanzenweite im allgemeinen 50 Zentimeter, 3 Reihen auf ein Beet. Von der Herbſtbepflanzung iſt im erſten Jahr ſchon eine kleine Ernte zu erwarten, bei der Frühjahrsbepflanzung iſt zu raten, die Blütenknoſpen zugunſten der jungen Pflanze auszubrechen. Eine Pflanzung bringt bei guter Pflege 2 bis 3 Ernten, dann wird ſie untergegraben. Die in Kultur befindlichen Beete werden im Herbſt mit größter Vorſicht um die Pflanzen herum gegraben und mit kurzem Miſt belegt. Die Bodenlockerung im Frühjahr iſt ſo zeitig vorzunehmen, daß der Fruchtanſatz nicht geſtört wird, was bei Trockenheit leicht paſſiert. Bei ſolcher iſt mit reichlicher Bewäſſerung viel zu helfen. Haben die Früchte angeſetzt, ſo iſt es gut, ſie mit Holzwolle, trockenem Laub oder Stroh zu unterlegen. Bei der Ernte iſt es ein Unterſchied, ob die Frucht unachtſam in der ganzen Hand hereinrutſcht, oder ob nur der Stiel berührt wird. Nach der Ernte werden alle Ausläufer entfernt, daß nur noch die Mutterpflanzen ſtehen bleiben. Die beſten Ausläufer werden für die Neupflanzung im Auguſt oder im nächſten Frühjahr pikiert.

Rhabarber erfordert verhältnismäßig wenig Pflege. Vermehrung durch Stockleitung guter Stöcke, Pflanzung im Abſtand von 1,50 Meter in tief gelockertem, kräftigem Boden. Miſtgabe, einige Jauchegüſſe im erſten Wachstum und Bodenbearbeitung im Herbſt ſind die ganzen Pflegearbeiten. Rhabarber kann viele Jahre auf demſelben Standort ſtehen, bis er nach Bedarf wieder geteilt und verpflanzt wird, oder ſchlechte Pflanzen ausſcheiden. Die rotſtieligen Sorten haben meiſt dicke, zarte Stiele („Viktoria-Rieſen" uſw.). Bei der Ernte darf nicht rückſichtslos gerupft werden (nicht mehr als 1/3 auf einmal) und ſie muß an Johanni aufhören. Rhabarberſtiele werden herausgedreht und nicht geſchnitten (ſtehenbleibende Enden faulen zurück!). Die Pflanze braucht auch zum Einziehen, zum Aufbau für kommende Zeiten noch Kräfte.

Bedeutend anſpruchsvoller iſt der Spargel, deſſen Anbau nur für ſandige, warme Gegenden, in denen auch ſonſt Spargelbau getrieben wird, anzuraten iſt. Die Pflanzung kann nur auf ſehr tief gelockertem (60 Zentimeter rigoltem), mit verrottetem Dünger verbeſſertem Boden ſtattfinden. Die Gräben in 1 Meter Entfernung werden 30 Zentimeter tief ausgehoben, durch Pfähle darin die Pflanzſtellen bezeichnet (alle 50 bis 60 Zentimeter), und um dieſe ein kleiner Hügel angehäuft, auf den die 1- oder 2jährigen Jungpflanzen ſo geſetzt werden, daß die Wurzeln gleichmäßig über die Hügel verteilt ſind und danach mit ſandiger Erde etwas bedeckt und angedrückt werden. Das Auffüllen des Grabens und Aufſchütten der Spargelhügel erfolgt erſt im Laufe der nächſten 3 Jahre. Der Platz zwiſchen den Pflanzen kann während dieſer Zeit durch Zwiſchenkulturen ausgenützt werden. Die Spargelernte beginnt im 3., meiſt erſt 4. Jahr. Abſchluß der alljährlichen Ernte iſt Johanni. Im Herbſt werden die nach dieſem Zeitpunkt gewachſenen Triebe, nachdem ſie gelb geworden ſind, über der Erde abgeſchnitten, die Hügel abgeflacht und mit fettem Dünger abgedeckt. Im Frühjahr wird dieſer flach untergraben und die Hügel wieder angehäuft.

Wie mancher Anfänger wird zaghaft ſein und vor der Fülle der Arbeiten zurückſchrecken, wird ſich auch vielleicht fragen, ob es ſich lohnt, die paar Wurzeln und Früchte ſelbſt zu bauen. Mit Ja oder Nein iſt dieſe Frage nicht zu beantworten. Es kommt zu ſehr auf die verſchiedenen Umſtände an und auch darauf, ob Feierabendſtunden, in denen z. B. der geiſtig Arbeitende einen Ausgleich in körperlicher Betätigung ſucht und die Stunden der Hausfrau auch ſchon mit Geld berechnet werden. Neben den materiellen Ernten iſt ausſchlaggebend, ob die Freude am eigenen Schaffen, am ſchöpferiſchen Arbeiten, bei dem ſich draußen Kopf und Hand, vielmehr der ganze Menſch beteiligen kann, den Zeitaufwand aufwiegt.

Wer einmal den Weg gefunden hat, die erſten Hinderniſſe in der ungewohnten Arbeit zu überwinden, wird auch den Mut finden für die kommenden, und wer ein- oder zweimal den Wechſel der Jahreszeiten erlebt hat, hat ſchon viel gelernt. Jeder Erfolg und jeder Mißerfolg können gute Lehrmeiſter ſein, die uns zeigen, wie wir unſere Scholle immer beſſer bebauen.

Der Wochenend- und der Vorſtadtgarten

Noch ein paar Worte über die heute aktuelle Frage des Wochenend- und des Vorſtadtgartens. Mit letzterem iſt ein Garten gemeint, den man außerhalb der Stadt oder überhaupt entfernt von ſeiner Behauſung beſitzt. „Wohnlichkeit“ (ſ. II. Teil III. Bd.) wird in beiden Fällen erwünſcht und geſucht ſein; gleichzeitig wird es ſich aber darum handeln, die Einrichtung ſo zu treffen, daß der Garten gut ſich ſelbſt überlaſſen werden kann. Beſondere Beachtung müſſen die gegebenen klimatiſchen und Bodenverhältniſſe in bezug auf die Pflanzenauswahl finden. Auf alle Gewächſe, die eine regelmäßige Bewäſſerung verlangen, wird man von vornherein verzichten müſſen. Bei der Neuanlage kann man ſich bei Gehölzen und Stauden gewiß mit Bodenabdeckung durch Miſt uſw. helfen. Von den Einjahrsblühern kommen ſolche in Frage, die man an Ort und Stelle ſäen kann. Von Gemüſen können gut, ohne regelmäßige Bewäſſerung, gezogen werden: Wurzelgemüſe, Erbſen, Bohnen, Küchenkräuter, Winterſpinat und Feldſalat, Kreſſe, Schnittſalat, eventuell an Ort und Stelle geſäter Lauch uſw.

Die Beſitzer von entlegenen Gartengrundſtücken fühlen ſich oft recht belaſtet durch die Arbeit, die ihnen daraus entſteht, und ſind ſich nicht klar darüber, wie ſehr ſie es eigentlich in der Hand hätten, durch eine der Lage angepaßte Ausnützung von vornherein den Konflikt zu beſeitigen oder wenig fühlbar zu machen. Optimiſtiſche Beurteilung der „idealen“ Arbeit in der Natur nützt im angewandten Fall meiſt wenig. Ein Gemüſegarten wird immer mehr Arbeit beanſpruchen, als ein einfacher Obſtgarten mit hochſtämmigen Bäumen, eventuell Beerenſträuchern und Gras, oder ein beſcheidener Landſchaftsgarten mit ein paar Gehölzen und Wieſe, eventuell Sommerblumen. Wer Anſprüche ſtellt, muß auch für ſie etwas tun. Gerade der Vorſtadtgarten ſoll eine Quelle der Freude werden und wird es auch, wenn wir uns nach der Decke ſtrecken und Haben und Können in Einklang bringen.

Arbeitstechnik und Geräte

Es ſeien über dieſes Thema noch einige Gedanken angefügt.

Die Gartenarbeit kann für die Hausfrau und jedes andere Familienmitglied zur Erholung und Freude werden, gerade im Gegenſatz zu der ſo ganz anderen Beſchäftigung in einem ſitzenden Beruf oder in der Schule; z. B. auch der Wechſel zwiſchen Haus- und Gartenarbeit wird angenehm empfunden werden aus ganz auf der Hand liegenden Gründen.

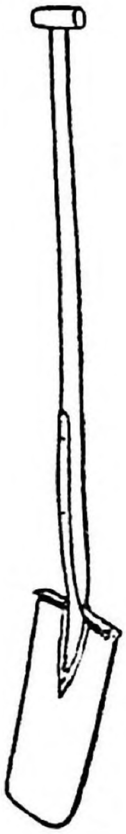
Längſt iſt der bewegungsgewandte Körper wieder in der Wertſchätzung obenan, und nicht leicht etwas gibt Anlaß zur geſunden Übung der körperlichen Kräfte als gerade die Gartenarbeit. Ja, man könnte ſogar weitergehen und ſehen, wie hier die körperliche Betätigung Vermittlung wird für ein geſamt menſchliches Erleben. Man kann dieſe Arbeit nicht nur vom Standpunkt der „Gliederbewegung“ beurteilen, ſie führt unmittelbar in alle anderen Zuſammenhänge, denen ſich der Menſch gegenüber geſtellt findet: Natur, Wirtſchaft, Geſellſchaft, äſthetiſches und moraliſches Empfinden uſw. Es iſt hier nicht der Raum zu einer eingehenden Erörterung, es ſei nur verſucht, auf das Ganze hinzuweiſen, bevor techniſche Details folgen.

Eine Hauptrolle ſpielt bei der Gartenarbeit die Gerätefrage. Das vornehmſte Gerät bleibt im Garten wie in der Küche die Hand. Ein Gerät ſoll ihr die Arbeit erleichtern, einfacher machen und darum muß es den jeweiligen Zwecken entſprechen und vor allem unſerer Arbeitskraft angepaßt ſein. Unhandliche, zu große oder ſchwere Geräte ſind keine Unterſtützung. Das beachte beſonders die Hausfrau, wenn ſie für ſich oder ihre weiblichen Mitarbeiter im Garten Geräte anſchafft — es können deshalb die kräftigſten Ausführungen ſein. Bei den in den letzten Jahren in den Handel kommenden Geräten kann man faſt durchwegs bemerken, wie ſie bemüht ſind, die Arbeit angenehmer zu machen. So handelt es ſich häufig darum, das Bücken, das den meiſten Menſchen ſchwer fällt, möglichſt auszuſchalten. Ein Beiſpiel dafür ſind die Ziehhacken (allerdings nur, wenn die Stiele lang genug ſind) bei richtiger Bedienung. Jede Arbeit, jede Technik will gelernt ſein. Was nützt es, wenn ein Gerät die beſten Möglichkeiten bietet, und man nützt ſie nicht aus. Eine Tatſache, die leider genugſam konſtatiert werden kann. Die Muskelkraft der Arme hat die Arbeit zu leiſten — nicht die der Bauch- oder Halsmuskulatur! Jede gut und richtig ausgeführte Arbeit muß man mit Vergnügen anſehen können, ſie muß auch an und für ſich Vergnügen machen. Durch den ganzen Körper läuft eine gute Bewegung, man darf nicht das Gefühl haben, daß der Schwung irgendwo ſtecken bleibt oder abknickt. Sollte man die Bewegungslinien nachfahren, es müßte lauter hübſche Formen abgeben. Das halte man ſich einmal vor Augen zur Selbſtbeobachtung, hat man die gegenteilige Empfindung. Der Körper wird frei und gelenkig von in Grenzen des Bekömmlichen ausgeführter Gartenarbeit, nicht ſtarr und verkrampft. Aber dazu müſſen Gerät und Arbeiter auch zuſammenpaſſen! Man ſollte wirklich den Eindruck haben können, wie ein Gerät Fortſetzung von Armen und Händen bildet und im Größenverhältnis zu ihnen ſtimmt. Gut gebaute Griffe tragen dieſer Beziehung Rechnung, z. B. Spatenſtiele mit leichtem Schwung (ſiehe Abbildung) und praktiſchen Handhaben: D-, T-, U-Griffe (ſiehe Abbildung), Rechen- oder Hackenſtiele mit Verdickungen an den Enden. Eine große Rolle in dieſer Beziehung ſpielt der Winkel zwiſchen Spaten- oder Schaufelblatt und -ſtiel, beſonders auch bei Hacken (ſiehe Abbildung). Die Körperſtellung, das Bückenmüſſen hängt ſehr davon ab. Bei Gießkannen wird das Tragen durch die ovale Form erleichtert, ein Anſatzrohr ermöglicht es, daß wir uns kaum bücken brauchen (ſiehe Abbildung).

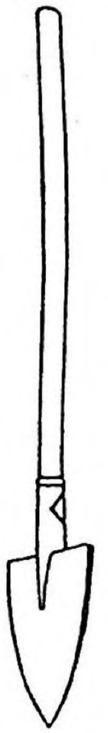
Ein Gartengerät muß, um zur praktiſchen Unterſtützung der Körperkraft zu werden, nach der anderen Seite hin, dem Boden und ſeiner jeweiligen Eigenart, bzw. der darauf befindlichen Bepflanzung Rechnung tragen. Beiſpiele dafür ſind ſpitze Spaten- und Schaufelformen für ſteinigen Boden, viereckige für lockeren. Ähnlich iſt es bei den Hacken; bei Rechen kann man für leichteren Boden längere Kämme nehmen als für ſchweren. Zum Graben zwiſchen Stauden und Sträuchern oder zum Gemüſeernten ſchätzen wir die Grabegabel mehr als den Spaten, weil wir vorſichtiger damit arbeiten können und ſo ließen ſich die Beiſpiele vervielfachen. Ausſchlaggebend für die Konſtruktion von Geräten ſind auch die Gedanken über die Bodenverbeſſerungsmöglichkeit als ſolche. So zielen viele moderne Geräte auf eine Lockerung des Bodens ohne Stürzen oder Wenden der Schichten, z. B. die Grubber oder Handkultivatoren. Auch bei den Ziehhacken werden ähnliche Gedanken verfolgt. Es iſt eigentlich ein Vergnügen, Geräte und ihre Konſtruktion auf den Arbeitsgang hin zu betrachten und es iſt bezeichnend, wie hier ein natürlicher, praktiſcher Schönheitsſinn mit als die beſte Richtſchnur für die Beurteilung auftritt. Man wird nicht leicht in der Hand einer gewandten, gelenkigen Arbeitskraft freiwillig ein ſchlecht gebautes Gerät ſehen.

Für die Güte eines Geräts ſpielt natürlich auch die Qualität ſeines Materials und ſeiner Verarbeitung eine Rolle. Die Eiſenteile müſſen faſt durchwegs Schmiedeware oder aus geeignetem Stahl ſein.

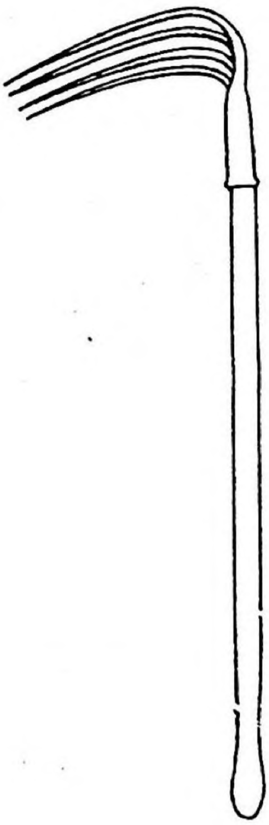
Für die Stiele kommt hauptſächlich Eſche als feſtes und gleichzeitig elaſtiſches, nicht ſplitterndes Holz in Verwendung. (Eiche nur für ſchwere Geräte, wie Pickel und Beil.) Große Bedeutung für die Haltbarkeit hat die Verbindung von Metall- und Holzteil. Die Übertragung der Kraftwirkung ſoll möglichſt nicht nur an einem Punkt ſtattfinden, ſondern gut vermittelt werden durch Bänder uſw. (Siehe die beiden Spaten und Kreile in nachfolgenden Abbildungen.)



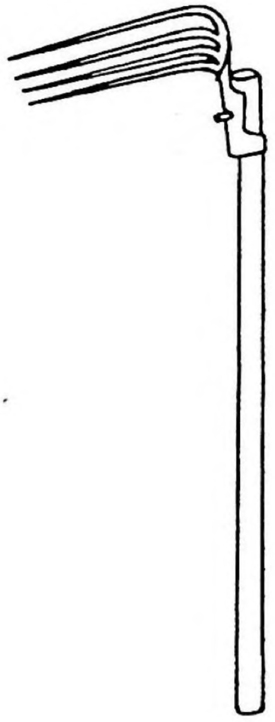
guter Spaten



ſchlechter Spaten



guter Kreil

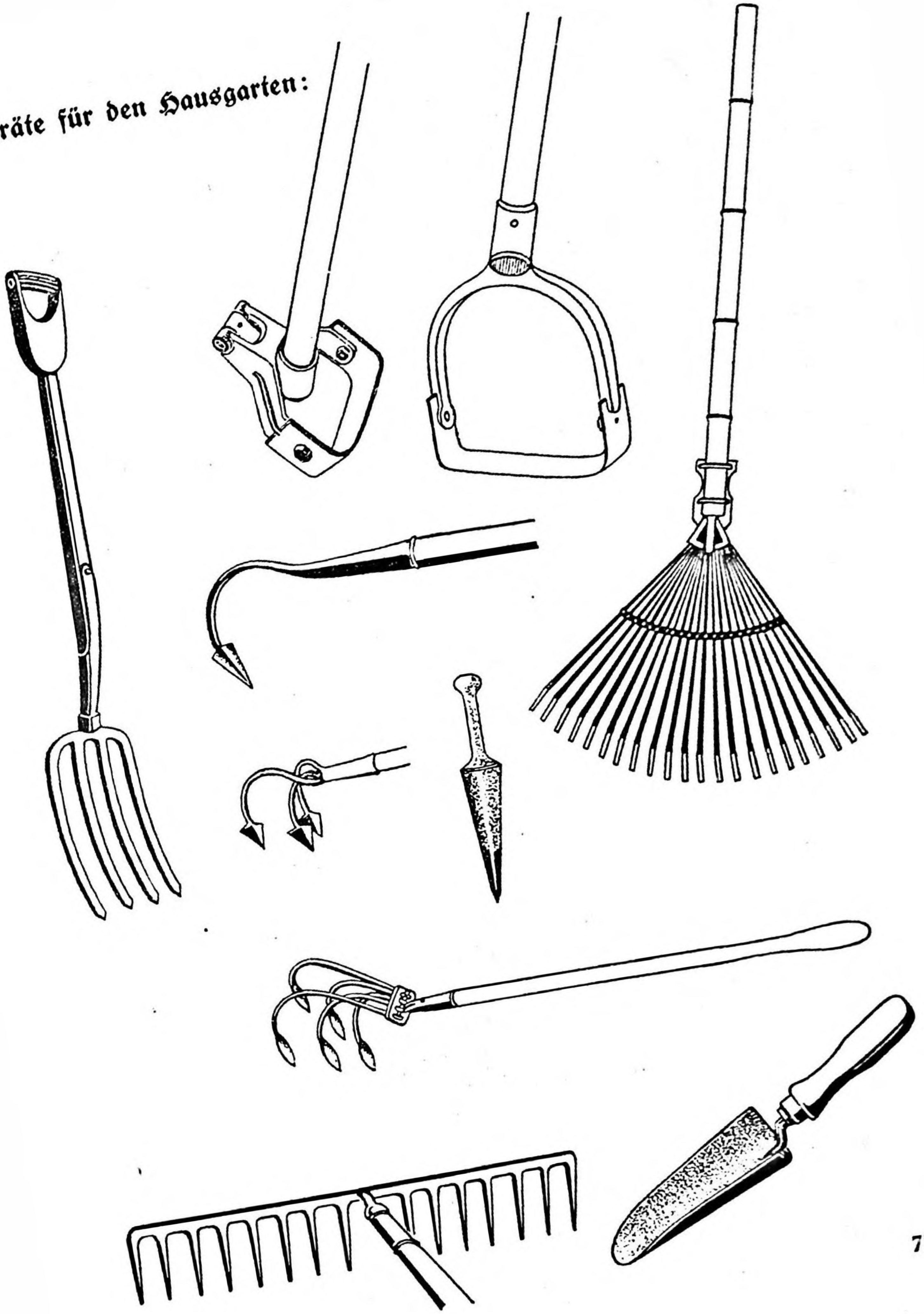


ſchlechter Kreil

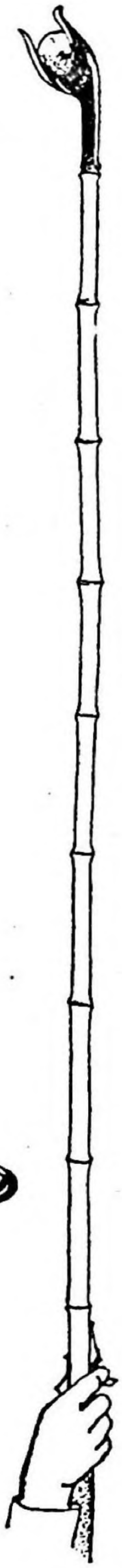
(Bei dem einem Kreil iſt außerdem durch die Art der Stielumfaſſung die Kraftübertragung direkt geknickt, was ſich ſehr unangenehm bemerkbar macht.) Sparſamkeit iſt beim Einkauf von Geräten meiſtens nicht am Platze, obwohl zugegeben ſei, daß man etwas von ihrer Brauchbarkeit verſtehen muß, um preiswert einkaufen zu können. Leider gibt es ſehr viele unpraktiſche Gartengeräte im Handel. Die Qualität des Materials macht Nachteile der Konſtruktion nicht wett, umgekehrt tut es die Konſtruktion nicht alleine.

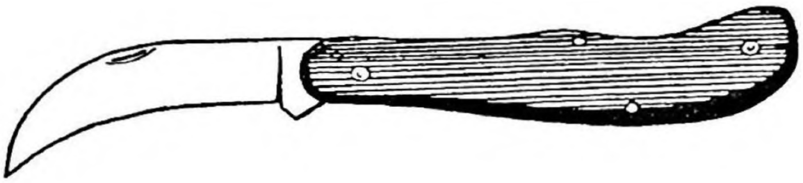
Schließlich möchte man von einem Gerät noch, daß es ſich ſchnell und leicht reinigen läßt, was man nicht von allen modernen Geräten behaupten kann. Es ſei noch beigefügt, daß Geräte gut gepflegt werden müſſen, um leiſtungsfähig zu bleiben: immer trocken, leicht erreichbar und ſauber im Keller oder einem eigenen Schuppen aufbewahrt werden müſſen. Im Winter iſt es zweckmäßig, die Eiſen-

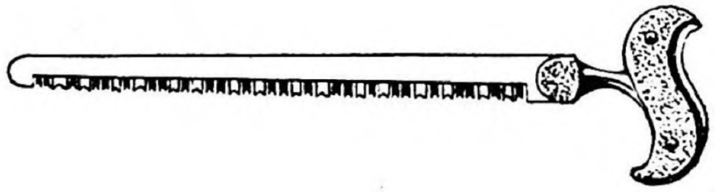
Geräte für den Hausgarten:



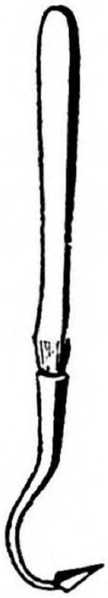
Obſtbaugeräte:

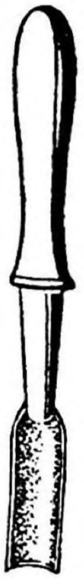


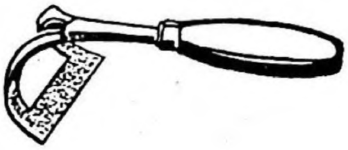


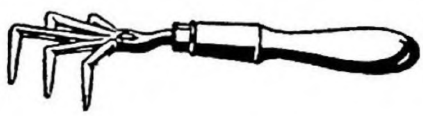


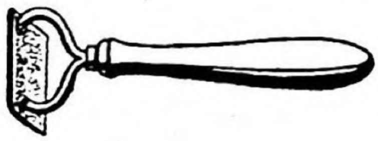
Steingartengeräte:

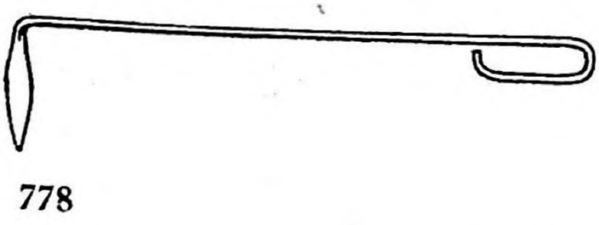




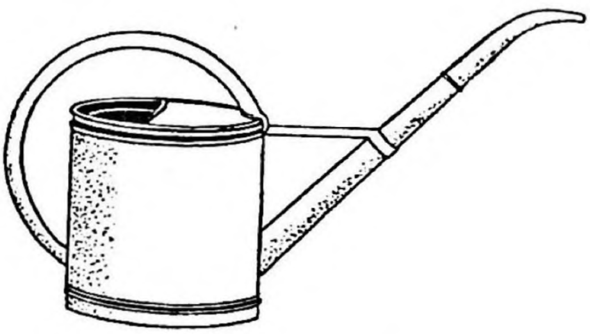


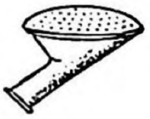


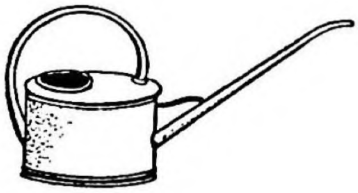


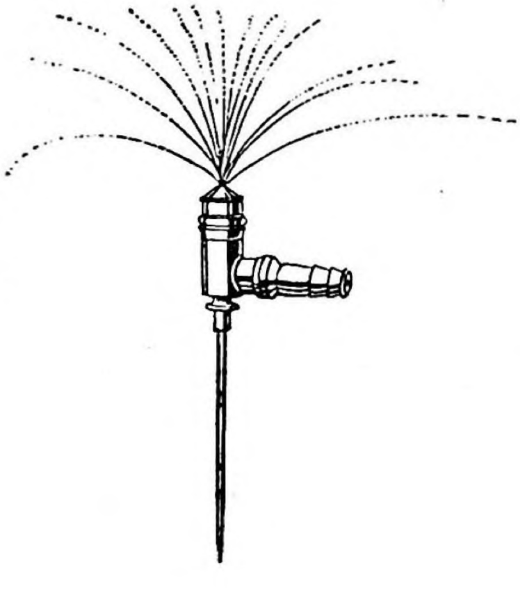


Gießgeräte:









teile mit einem ſäurefreien Öl (altem Maſchinen- oder Salatöl) einzureiben, damit ſie nicht roſten (aber nicht mit geſalzenen Speckſchwarten, was Feuchtigkeit erſt recht anzieht). Spaten und Hacken gehören ab und zu nachgeſchliffen. Gartenſcheren oder Raſenſchneidmaſchinen müſſen geölt werden.

In den vorſtehenden Abbildungen ſind aus der Fülle der heute am Markte erſcheinenden Geräte die wichtigſten und für den Hausgarten brauchbarſten abgebildet.

Arbeitskalender

Januar. Samenvorräte nachprüfen. Samenbeſtellung. Inſtandſetzung der Geräte und Miſtbeetfenſter. Pflege der Gemüſe- und Obſtvorräte (Mieten, Miſtbeet, Keller). Geranien und Fuchſien im Keller durchputzen. Vogelſchutz (Fütterung) nicht vergeſſen. Soweit nötig und möglich Bäume und Sträucher düngen oder von Schneelaſt befreien. Noch nicht gegrabenes Land umgraben oder Kompoſthaufen umſetzen.

Februar. Pflege der Vorräte und Topfpflanzen im Keller. Je nach Gegend und Witterung warmes Miſtbeet packen. Erſte Miſtbeetausſaat (ſiehe Nutzgarten).

Bei milder Witterung Auslichetn der Obſtbäume und Stäucher mit Rückſicht auf Sorten. Schutz vor Gehölzen gegen zu ſtarke Sonnenbeſtrahlung (Brett vorſtellen).

Im Ziergarten Lockerung der Winterdecken an Zierſträuchern und Stauden. Unbedeckte Sträucher ſchneiden. Bei gefrorener Erde weiter Dünger und Kompoſt ausfahren, vor allem auf Wieſen und Raſen, wenn noch nicht geſchehen.

März. Sobald der Boden abgetrocknet iſt, Land für Freilandausſaaten (Wurzelgemüſe, Erbſen, Gewürzkräuter) vorbereiten. Erſte Freilandausſaaten (Karotten, Gelbe Rüben, Peterſilie, Erbſen uſw.) Steckzwiebel legen. Zweite Miſtbeetausſaat: mittelfrühe Gemüſe und Sommerblumen, eventuell Stauden (ſiehe Nutzgarten). Pikieren der Sämlinge. Spargelhügel aufwerfen.

Im Obſtgarten noch ſchneiden und Bäume mit beſonders ſtarkem Holztrieb auslichten. Günſtige Zeit für Neupflanzung von Ziergehölzen, Beerenſträuchern und Obſtbäumen.

Winterbedeckung im Ziergarten abnehmen. Frühjahrsblüher können noch gepflanzt werden (Vergißmeinnicht, Stiefmütterchen, Bellis). Staudenbeete reinigen und Erde lockern. Roſen- und Heckenſchnitt. Knollenbegonien. Geranien und Fuchſien können umgetopft und wieder angetrieben werden.

April. Alle Freilandausſaaten (mit Ausnahme froſtempfindlicher) werden geſät, Land für Auspflanzungen vorbereitet. Pikieren der Sämlinge und Abhärten der Jungpflanzen im Miſtbeet. Dritte Miſtbeetausſaat: Spätgemüſe und Sommerblumen (ſiehe Nutzgarten). Ende des Monats können Salat, Frühkohlarten, Kohlrabi gepflanzt werden. In mildem Klima Frühkartoffeln legen. Vorbereitung der Spargelbeete muß beendet werden. Rhabarber düngen. Erdbeerbeete lockern und ſäubern. Ernte von Feldſalat und Spinat.

Anbinden der Spaliere.

Roſenbeete mit verrottetem Miſt belegen. Gladiolen, Montbretien legen, bei milder Witterung auch Dahlien. Raſenausſaat im milden Klima.

Mai. Nach den Eismännern (11. bis 15. 5.) Auspflanzen froſtempfindlicher Pflanzen. Mitte Mai (10. bis 20. 5.) Ausſaat von Bohnen, Kürbiſſen, Gurken; Dahlien legen. Bei Froſtgefahr empfindliche Pflanzen ſchützen. Nach Mitte Mai Auspflanzung von Sellerie, Tomaten, Neuſeeländer Spinat, Küchenkräutern und aller Rückſtände aus dem Miſtbeet. Pflege der einzelnen Kulturen. Häufeln und Aufreiſern der Erbſen, Häufeln, Düngen der Kohlarten, Auslichten der Wurzelgemüſe, Bodenlockerung, Unkrautbekämpfung, Bekämpfung von Schnecken und Erdflöhen uſw. Neubepflanzung frei gewordener Miſtbeete.

Anlegen von Wellpappefangringen an die Bäume gegen Apfelwickler und Apfelblütenſtecher. Pinzieren der Formbäume. Fruchtanſätze der Erdbeeren mit Holzwolle oder dergleichen unterlegen.

Bepflanzung der Blumenbeete und Balkonkäſten. Raſen ſäen.

Juni. Pflegearbeiten im Gemüſe- und Ziergarten treten in den Vordergrund (hacken, gießen, düngen). Entgeizen und Aufbinden der Tomaten. Auspflanzen von Roſenkohl, Grünkohl, Winterkohlrabi, Ausſaat von Winterrettich. Ernte von: Salat, Radieschen, Spargel, Rhabarber, Erdbeeren. An Johanni mit Spargel- und Rhabarberernte aufhören. Abgeerntete Beete für Nachkultur ausnützen.

Ausſaat von Endivienſalat, Stauden und Frühjahrsblühern.

Raſenſchnitt und Bewäſſerung, wenn nötig.

Juli. Pflegearbeiten wie im letzten Monat. Vorſicht mit Hacken bei Trockenperioden! Ernte von: Salat, Karotten, Erbſen, Bohnen, Puffbohnen, zum Teil Blumenkohl, Frühkartoffeln, Wirſing, Weißkraut, Blaukraut. Als Nachkultur abgeernteter Beete Endivie, Grünkohl, Kohlrabi, Kohlrüben pflanzen. Nach beendeter Erdbeerernte Beete, die weiterkultiviert werden, entranken, hacken und eventuell düngen. Jungpflanzen (Ausläufer) pikieren.

Beerenernte. Fallobſt muß geſammelt werden. Ende des Monats oder Anfang Auguſt Sommerſchnitt der Spaliere, Triebe anbinden.

Pikieren der Staudenſämlinge und einjährigen Frühjahrsblüher. Wenn nötig Sommerblumen und Stauden aufbinden, Verblühtes zurückſchneiden. Wicken ſollen täglich geſchnitten werden. Staudenbeete ſäubern und Frühjahrsblüher zurückſchneiden.

Auguſt. Pflegearbeiten wie im Juli. Kompoſthaufen umſetzen oder von Unkraut freihalten! Endivienſalat für den Wintervorrat pflanzen. Feldſalat und Spinat ausſäen, eventuell Winterſalat. Düngen. Erdbeerneuanlage pflanzen.

Stutzen der Obſtbäume, Fallobſt ſammeln.

Im Auguſt kann Raſen mit Erfolg geſät werden. Im Blumengarten Verblühtes ausſchneiden, aufbinden, Heckenſchnitt, eventuell Stecklingsvermehrung und Umtopfen.

September. Pflege der Nachkulturen. Pflanzen von Winterſalat. Gießen darf nicht vernachläſſigt werden weder bei Neupflanzungen, noch bei Pflanzen im ſpäteren Entwicklungsſtadium, vor allem bei Kohlarten! Ausſaat von Spinat und Feldſalat kann noch vorgenommen werden.

Ernte von Frühobſtſorten.

Stecklingsvermehrung von Geranien, Fuchſien, Nelken uſw., eventuell einiger Stauden. Umtopfen von Topfpflanzen.

Geeignete Zeit, um zeitraubende Arbeiten vorzunehmen. Im Ziergarten z. B. Säuberung des Steingartens, Umgeſtaltung von Staudenbeeten. Teilung der Stauden. Pflanzung junger Stauden und Gehölze.

Erdverſchiebungen, Umpflanzen von Sträuchern. Blumenzwiebeln können geſteckt werden.

Oktober. Arbeiten zum großen Teil wie im letzten Monat. Ernte der Wurzelgemüſe kann beginnen.

Grobſcholliges Umgraben abgeernteter Beete, mit Rückſicht auf Düngung (Bebauungsſkizze fürs nächſte Jahr!). Vor kalten Nächten froſtempfindliche Früchte und Pflanzen bergen. Schnittlauch und Peterſilie für Winterbedarf in Töpfe ſetzen, letztere in Kiſtchen oder Miſtbeet einſchlagen. Spargelbeete abflachen, graben, mit Dünger belegen.

Obſternte. An abgeernteten Bäumen kann mit Ausputzen begonnen werden. Baumſcheiben graben. Leimringe gegen Froſtſpanner anlegen (bis 10. 10.!) und Schutz gegen Wildverbiß. Himbeeren, Brombeeren ſchneiden, Auslichten der Sträucher im Nutzgarten und Ziergarten. Geeignete Zeit für Neupflanzung von Gehölzen.

Neubepflanzung der Blumenbeete mit Vergißmeinnicht, Bellis und anderen Frühjahrsblühern. Letzter Termin, Blumenzwiebeln zu ſtecken. Staudenbeete lockern und mit kurzem Dünger belegen. Raſen nochmals ſchneiden!

November. Fortſetzung der Arbeiten des letzten Monats. Endivien für Winterbedarf im Miſtbeet einſchlagen. Leere Miſtbeete ausheben und Erde und Miſt auf Haufen ſetzen. Wurzelgemüſe einwintern. Kompoſt umſetzen. Spätkohlarten ernten, aber möglichſt lange im Freiland laſſen.

Erdbeerbeete und Sträucherquartiere graben und mit kurzem Dünger belegen. Bäume ausputzen. Rindenpflege. Winterſchnitt an Spalieren und jungen Bäumen. Vogelſchutz!

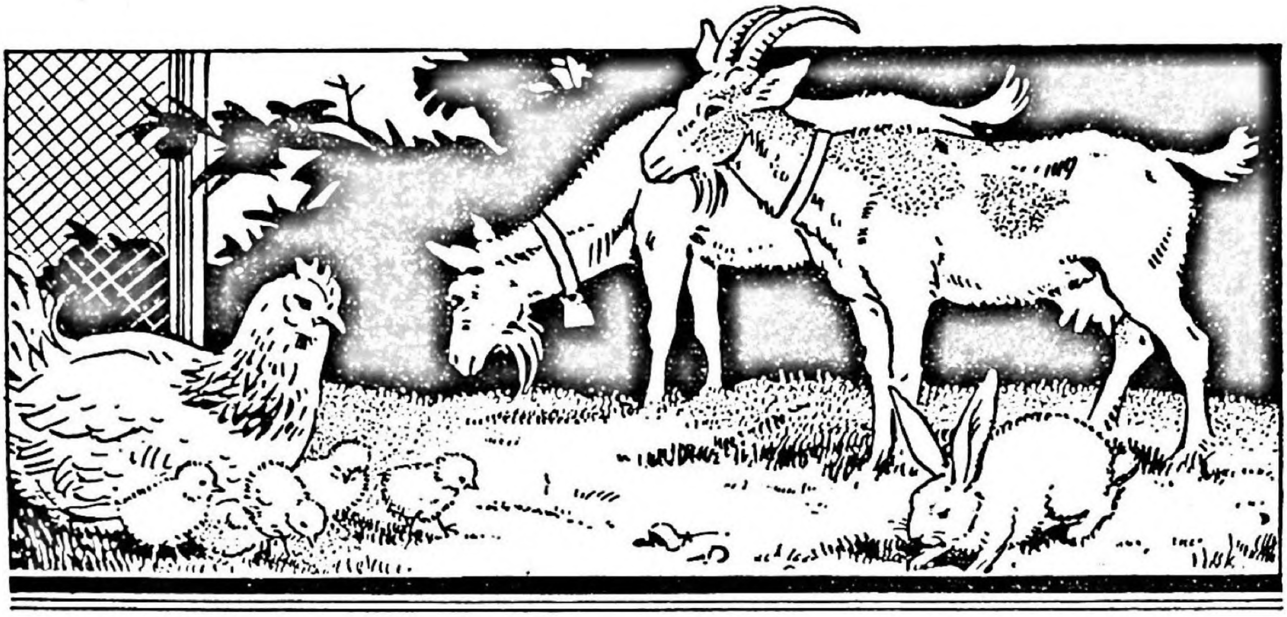
Waſſerbehälter und Leitungen entleeren und abſtellen.

Roſen und froſtempfindliche Sträucher mit Tannenreiſig decken.

Dezember. Eventuell werden noch Spätſorten von Kohl geerntet und eingewintert, Lauch, Roſenkohl, Grünkohl an geſchützter Stelle eingeſchlagen. Fortſetzung der Erdarbeiten und Baumpflegearbeiten. Kompoſt umſetzen, ſoweit dies noch nicht geſchehen iſt.

Je nach Eintritt der kalten Witterung erfolgt Deckung junger Stauden, Roſen und anderer empfindlicher Sträucher und Pflanzen. Im Winter Schneelaſt von Sträuchern (beſonders immergrünen) ſchütteln. Pflanzlöcher für im Frühjahr zu pflanzende Bäume ausheben.

Die Pflege der Obſtvorräte muß beginnen.



Kleintierhaltung für den Siedler — für das Eigenheim

Vielleicht überraſcht es, im Rahmen dieſes Buches auch die Kleintierzucht vertreten zu ſehen. Da jedoch die Leſer des Buches ſehr häufig ſelbſt etwas Land beſitzen und ſo ſchon Freude an der Arbeit in und mit der Natur haben, iſt es wohl berechtigt, auch das Wichtigſte aus der Kleintierhaltung zu bringen.

Will man ſich zur Kleintierhaltung entſchließen, ſo muß erſt genau geprüft werden, ob es möglich iſt. Zweck der Kleintierhaltung iſt, einen raſchen Nutzen, aber auch Freude an der Pflege der vierbeinigen Schutzbefohlenen zu haben.

Der Anſchaffung der Tiere muß die Überlegung vorausgehen, zu welcher Art man ſich entſchließt, und dies iſt wieder von der Art und Größe der Hauswirtſchaft abhängig. In einem Haus, wo viele Küchenabfälle anfallen oder leicht von Nachbarn erworben werden können, eignet ſich ein anderer Verwerter, als wenn ein großer Garten vorhanden iſt und die darin anfallenden Abfälle zur Verfügung ſtehen.

Wir können die ganze Kleintierzucht als Veredelungswirtſchaft betrachten, die ſowohl für den einzelnen, als auch für die Geſamtheit von großem Nutzen iſt. Es können ſo noch Werte, die ſonſt in den Mülleimer wandern, der Wirtſchaft als wertvolles Produkt zugeführt werden. So kann auch die Einreihung dieſes Kapitels in dieſes Buch gerechtfertigt werden.

Daß auch manch ethiſcher Grund für die Haltung von Tieren ſpricht, ſei hier nur erwähnt. Man denke nur an die Freude, die man Kindern mit ſolch einem vierbeinigen Spielgefährten machen kann.

Es ſoll nun eine kleine Anleitung folgen, die nur das Allernotwendigſte bringen kann, die mehr eine Anregung ſein ſoll.

Was verlangt das Haustier von ſeinem Pfleger und Nutznießer? Um dies beantworten zu können, müſſen wir an die Zeit denken, als es noch keine Haustiere gab oder als die Haustiere noch in ganz loſer Verbindung mit dem Menſchen lebten. Damals hatten die Tiere einen faſt unbeſchränkten Raum zur Verfügung, und Luft, Licht und Sonne, ſo viel ſie wollten. Unſere jetzigen Haustiere ſehen wir dieſer Rechte meiſt ſtark beraubt, aber es wird wohl jeder Tierfreund beſtrebt ſein, ſo weit als möglich ſeinen Tieren dieſe Bedingungen zu geben.

Jedes der Haustiere ſtellt wieder etwas andere Anforderungen, entſprechend ſeinem Temperament und ſeiner Veränderung während der langen Zeit ſeiner Zucht und Kultur.

Welche Haustiere eignen ſich nun für den Nichtlandwirt zum Halten in einem Eigenheim? Je nach den vorhandenen Bedingungen ſind es die Hühner, Schweine, Ziegen, Kaninchen.

Geflügelhaltung

Mit dem Eigenheim und der Kleinſiedlung in engem Zuſammenhang ſteht die Geflügelhaltung. Wo ein Garten, ein Hof, eine Landwirtſchaft iſt und Menſchen wohnen, die Liebe und Verſtändnis für die Pflege der Tiere haben, ſoll das Huhn nicht fehlen.

Eier, Fleiſch und Federn ſind wichtige Erzeugniſſe, die das Huhn für den Haushalt liefert. Viel deutſches Geld wandert dafür über die Grenzen hinaus, da für eine Selbſtverſorgung des deutſchen Volkes mit Geflügelerzeugniſſen die Beſtände zu klein ſind und die Durchſchnittsleiſtung der ländlichen Geflügelhaltungen zu niedrig ſind. So kommt dem kleinen Huhn eine große volkswirtſchaftliche Bedeutung zu, und Haltung und Leiſtungsſteigerung ſind eine wichtige Aufgabe.

Mit einfachen Mitteln können dem Hühnervolk Bedingungen geſchaffen werden, die die Erträge verdoppeln. Von einem geſunden Stall, einem grasbewachſenen Auslauf, von der richtigen Verwendung guter, wirtſchaftseigener Futtermittel und zweckmäßiger Pflege ſind die Leiſtungen, und dadurch die Wirtſchaftlichkeit abhängig.

Auswahl der Raſſen.

Der Geflügelhalter kann nur die Hühnerraſſe halten, welche den größten Gewinn verſpricht, und deren Aufzucht und Haltung einfach zu handhaben iſt. Die Auswahl beſchränkt ſich auf wenige, durch langjährige zielbewußte Arbeit herangezüchtete Raſſen, die in größerer Anzahl immer zu haben ſind. Nur dieſe haben hohen wirtſchaftlichen Wert.

1. Leichte Legeraſſen: Weiße Leghorn, rebhuhnfarbige Italiener, ſchwarze Rheinländer, Altſteirer (rebhuhnfarbig). Dieſe dienen lediglich zur Eiererzeugung, ſind lebhaft, anſpruchslos, eifrige Futterſucher und ſehr anpaſſungsfähig. Weiße Leghorn zeichnen ſich beſonders durch große Winterlegetätigkeit und beſte Schlupffähigkeit aus.

2. Schwere Legeraſſen: Rote Rhodeländer, weiße Wyandottes, Plymouth-Roks. Sogenannte „Zwiehühner“, die ſehr gute Eier- und Fleiſchleiſtung aufweiſen. Sie ſind ſehr wetterhart, zutraulich und, bei rechtzeitiger Erbrütung im Februar-März, ausgezeichnete Winterleger. Bei den Rhodeländern iſt die Brutluſt ſehr ausgeprägt.

3. Fleiſch- und Bruthühner: Orpington, Lachshühner.

4. Kreuzungstiere. Die Nachkommen zeigen erhöhte Leiſtungs- und Widerſtandsfähigkeit, jedoch ſind von ihnen keine Bruteier zu nehmen.

Der zweckmäßige Stall.

Wertvolle Raſſetiere werden aber auch in der Leiſtung verſagen, wenn ſie ſchlecht untergebracht ſind. Das Huhn ſtellt andere Anforderungen an den Stall, als die übrigen Haustiere in der Landwirtſchaft. Es kann deshalb nicht mit dieſen zuſammen in ein- und demſelben Stall gehalten werden.

Der Hühnerſtall muß ſo gebaut ſein, daß er die Tiere vor Unbilden der Witterung ſchützt. Er braucht nicht warm ſein, doch muß er trocken, hell und luftig ſein und der Sonne reichlich Zutritt gewähren. Zugluft, Feuchtigkeit, feuchte Wärme und feuchte Kälte zerſtören die Geſundheit der Tiere. Trockene Kälte ſchadet nicht, doch darf die Temperatur im Stall nicht unter den Gefrierpunkt ſinken.

Der Stall muß einfach, billig und doch dauerhaft gebaut ſein. Man verwendet einheimiſche, leicht erſetzbare Bauſtoffe, die den einheimiſchen Arbeitskräften bekannt ſind und von ihnen leicht bearbeitet werden können. Um eine Wirtſchaftlichkeit der Hühnerhaltung zu erzielen, müſſen alle, auch die kleinſten Vorteile, zur Verbilligung der Anlage ausgenützt werden. Ferner ſoll der Stall in der Nähe des Wohnhauſes liegen, damit die täglichen Arbeiten, wie Fütterung, Eierabnahme und Pflege des Stalles leicht und pünktlich gehandhabt werden können. Die gegebenen Verhältniſſe werden entſcheiden, ob ein Einbau, Anbau oder Neubau des Hühnerſtalles das Wirtſchaftlichſte iſt.

Bei Vorhandenſein von ausreichenden Grasflächen wird der Stall am beſten frei auf denſelben aufgeſtellt, die Fenſter und Schlupflöcher nach der Südſeite blickend, ſo daß er leicht vom Wege aus betreten werden kann. In der kleinen Hühnerhaltung auf engem Hofraum wird ein Ein- oder Anbau in vorhandene Gebäude (Schuppen, Scheune, Holzlege) in Frage kommen, doch iſt vorher zu prüfen, ob durch Feuchtigkeit der Mauern das Einziehen von Zwiſchenwand und Decke, durch Einſetzen von Fenſtern und Türe keine zu großen Unkoſten entſtehen.

Geeignet für Geflügelhaltung iſt der Boden, der eine geſunde Grasnarbe hat und keine ſtauende Näſſe aufweiſt. Undurchläſſiger Boden mit ſehr hohem Grundwaſſerſtand und leichter Sandboden ſind unbrauchbar. Zweckmäßig iſt es, Obſtbau mit Geflügelhaltung zu verbinden und ſchon bei der Auswahl des Bodens darauf Rückſicht zu nehmen. Es eignen ſich Halbſtämme, die in 10 Meter Entfernung gepflanzt werden. Die Obſtbäume liefern einen Nebenertrag und ſpenden den Tieren Schatten; die Hühner wiederum lockern die Baumſcheiben und beſorgen die Düngung.

Iſt der Auslauf ſehr dem Winde ausgeſetzt, müſſen Windſchutzhecken angepflanzt werden; dafür eignen ſich Weißdorn, Haſelnuß, Holunder, Brombeeren, Heckenroſen, Rottanne, Wacholder, Eibe, Lebensbaum. Sie ſind im Herbſt im Abſtand von 30 Zentimeter zu pflanzen. Doch auch mit Stroh- und Schilfmatten iſt ſchon geholfen.

Der Auslauf wird am beſten quadratiſch angelegt, da die Hühner ſo auch die äußerſten Ecken ausnützen und die Umzäunung billiger kommt. Bei beſchränkten Ausläufen bewährt ſich der Wechſelauslauf, das iſt der Auslauf in zwei gleiche Teile getrennt, ſo daß die Tiere in der einen Hälfte laufen, während der Boden in der anderen Hälfte ruht.

Die Größe der Ausläufe richtet ſich nach der Grasnarbe und muß ſo gewählt werden, daß dieſelbe erhalten bleibt. Bei gutem Boden rechnet man je Kücken ½ Quadratmeter bis zum Alter von 8 Wochen, für ein ausgewachſenes Huhn

8 bis 10 Quadratmeter Grasfläche. Die Ausſaat des Auslaufes richtet ſich nach den Bodenverhältniſſen und Klima, und es iſt gut, den Grasſamen von einem Fachmann zuſammenſtellen zu laſſen. Geeignete Gräſer ſind: Weißklee, Wieſenriſpe, Rotſchwingel.

Zäune koſten viel Geld und, wo ſie nicht unbedingt nötig ſind, ſoll man ſie ſparen. Man verwendet verzinktes Drahtgeflecht von 2 Meter Höhe und 40 Millimeter Maſchenweite (für Küken 20 Millimeter). Pfoſten aus Holz oder Eiſen (Holzpfoſten unten mit Karbolineum tränken oder leicht ankohlen und teeren) werden 60 Zentimeter tief in 2½ Meter Entfernung in den Boden eingegraben.

Die Größe des Stalles richtet ſich nach der Zahl der Hühner, die untergebracht werden ſollen. Für 3 bis 4 Hühner rechnet man 1 Quadratmeter Grundfläche, 2 Hühner benötigen 1 Kubikmeter Luftraum. Die Quadratform iſt für kleine Stallungen vorteilhaft, da am wenigſten Material gebraucht wird.

Als Bauſtoff verwendet man Holz; maſſive Stallungen ſind oft kalt und feucht. Erforderlich iſt jedoch ein feſter Sockel. Der Fußboden ſoll trocken, waſſerundurchläſſig und leicht zu reinigen ſein; er iſt zum Schutz gegen Ratten und Wieſel maſſiv herzuſtellen, wenn aber der natürliche Boden belaſſen wird, muß ein engmaſchiges Drahtgeflecht eingegraben und an den Seiten gut befeſtigt werden. Als Einſtreu dient Sand, Spreu oder Stroh. Die Außenwände werden aus 20 Zentimeter breiten und 24 Millimeter ſtarken Brettern, am einfachſten dicht an dicht mit Deckleiſten verſehen, gearbeitet und mit Holzſchutzfarbe (Karbolineum) geſtrichen.

Kleine Stallungen und ſolche, die dem Wind ſtark ausgeſetzt ſind, benötigen eine innere Verkleidung an Wänden und Decken, beſonders an der Schlafſtelle der Tiere. Sie wird mit Brettern, beſſer noch mit 2 Zentimeter ſtarken Gipsdielen hergeſtellt; die Ritzen zwiſchen den Gipsdielen ſind mit Gips zu verſtreichen und die ganzen Innenwände mit Kalkmilch zu weißen.

Als Dachform hat ſich das Pultdach bewährt, das mit teerfreier Dachpappe (35 Kilogramm Ware) belegt wird.

Die Südſeite des Stalles ſoll aus großen Fenſtern beſtehen; ſie werden mit $^{4}/_{4}$-Glas 3. Wahl verglaſt und ſollen bequem zu öffnen und zu reinigen ſein. Da die Fenſter im Sommer entbehrlich ſind, können die im Winter freien Miſtbeetfenſter Verwendung finden. Die Fenſteröffnungen müſſen mit Drahtgitter zum Schutz gegen Raubzeug verſehen ſein.

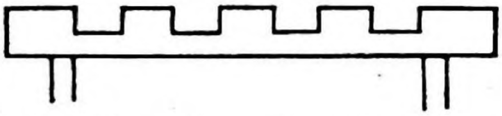
Die Türen werden meiſt aus Holz oder Drahtgeflecht hergeſtellt. Die Schlupflöcher ſollen 20 Zentimeter breit und 30 Zentimeter hoch ſein; man rechnet für 30 Hühner ein Schlupfloch.

Zur Lufterneuerung im Stall dienen Oberlichter und Lüftungsſchächte über den Sitzſtangen.

Bei der Einrichtung des Stalles haben ſich 2 Arten bewährt: Die Teilung in Schlaf- und Scharraum, oder der Einbau des Schlafraumes an die Rückſeite des Scharraumes. Bei erſterem liegt der Schlafraum an der Oſtſeite, und die Sitzſtangen ſind in gleicher Höhe 50 Zentimeter über dem Fußboden auf Böcken angeordnet.

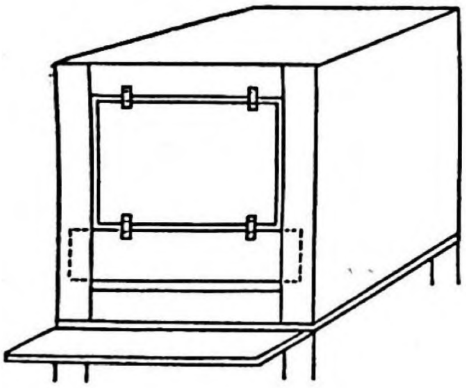
Die zweite Bauart iſt für kleinere Ställe ſehr geeignet; an der Nordwand iſt in 80 Zentimeter Höhe über dem Boden ein Kotbrett eingezogen, 35 Zentimeter über demſelben befinden ſich die Sitzſtangen (ſiehe Abbildung). Die Sitzſtangen ſind 5×5 Zentimeter ſtark, mit abgerundeten Oberkanten; die Entfernung der

Stangen von der Wand ſoll 30 Zentimeter, von Stange zu Stange 40 Zentimeter betragen. Auf 1 Meter Sitzſtangenlänge rechnet man 6 bis 7 Hühner leichter, 5 bis 6 Hühner ſchwerer Raſſe.



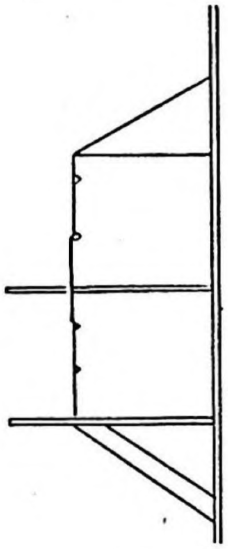
Sitzſtangenhalter

Zur Einrichtung des Scharraumes gehören die Legeneſter, die 40:40:35 Zentimeter groß ſind und mit weichem Stroh oder Heu ausgelegt werden (ſiehe Abbildung). Man rechnet auf ein Fallenneſt 3 Hennen, auf ein offenes Legeneſt 5 bis 6 Hennen. Fallenneſter dienen zur Feſtſtellung der Legeleiſtung jeder einzelnen Henne; die Kontrolle muß pünktlich alle 2 bis 3 Stunden durchgeführt werden. Weiterhin müſſen zweckmäßige Futtergeräte, Tränkgefäße und ein Staubbad, das iſt eine flache Kiſte mit Sand und Aſche gefüllt, vorhanden ſein.



Das Fallenneſt

Vorderanſicht



Seitenanſicht

Zur täglichen Pflege des Stalles gehören das Ab- und Auskehren des Kotes und das Durchharken der Einſtreu, die regelmäßig erneuert werden muß. Im Frühjahr und Herbſt iſt eine gründliche Reinigung durchzuführen. (Scheuern aller beweglichen Gegenſtände mit Sodalauge, Weißen der Wände uſw.)

Brut und Aufzucht.

Junghennen, die im Oktober mit dem Legen beginnen und die wertvollen Wintereier liefern, müſſen das Ziel des Geflügelhalters ſein. Er kann dies erreichen durch: Kauf von Bruteiern, von Eintagskücken oder von Junghennen.

Am billigſten erſcheint zunächſt der Kauf von Bruteiern, bedingt aber die natürliche und in größeren Haltungen die künſtliche Brut. Da letztere nur von gelernten Kräften mit Erfolg ausgeübt werden kann, und nicht aus einer Beſchreibung erlernt werden kann, ſei im Rahmen dieſes Buches davon abgeſehen.

Brütige Hennen gibt es erſt im Mai, dieſe Zeit iſt aber ſchon zu ſpät zum Anſetzen einer Brut. Geeigneter, als die oben erwähnten Raſſen, ſind daher Puten oder Truthühner, die man im März, ehe ſie ſelbſt zu legen beginnen, zur Brut zwingen kann. In einem halb dunklen Raum wird ein Neſt (1×1 Meter) angelegt mit einer Unterlage aus Raſenziegel oder Sand, darauf kommt Stroh mit Inſektenpulver (Schwefelblüte) eingeſtaubt, zuletzt eine flache Mulde aus

Heu. Nun legt man 5 bis 6 angewärmte Porzellaneier in das Neſt, ſetzt die Pute, die man etwa 1 Stunde vorher ebenfalls mit Inſektenpulver eingeſtaubt hat, darauf und deckt ſchnell einen Korb darüber. Derſelbe ſoll niedrig ſein, damit die Pute nicht ſtehen kann, und wird mit einem Stein beſchwert.

Sie iſt aber täglich pünktlich vom Neſt zu laſſen, zu füttern und zu tränken: Gerſte, Mais oder Weizenkörner, friſches Waſſer. Wenn die Pute das Neſt von ſelbſt nicht mehr verläßt (nach 6 bis 8 Tagen), nimmt man die künſtlichen Eier weg und legt der Pute 18 bis 20, einer Henne 11 bis 15 Bruteier unter. Die Bruteier ſollen gute Form, glatte Schale haben, nicht zu groß und nicht älter als 10 Tage ſein. Man kaufe die Eier aus einer bekannten Leiſtungszucht; es iſt zu empfehlen, ſie nach dem Verſand 24 Stunden ruhen zu laſſen. Vor Stoß und Erſchütterung ſind die Eier zu hüten.

Die brütenden Tiere ſind täglich gut zu füttern; ſie können das Neſt bis zu ½ Stunde verlaſſen, die Auskühlung ſchadet den Eiern nicht. Es iſt gut, den Hennen auch ein Staubbad zur Verfügung zu ſtellen. Man ſollte ſtets 3 bis 4 Bruttiere gleichzeitig ſetzen, um den ganzen Bedarf an Nachzucht auf einmal zu decken. Die Brut dauert 21 Tage.

Den geſchlüpften Küken gibt man 1 bis 2 Puten zur Führung und ſetzt ſie in ein Gluckenhäuschen, das im Obſtgarten aufgeſtellt wird und verſetzbar iſt. Für eine Glucke mit 20 Küken genügt ein Häuschen aus Holz (100:60:60 Zentimeter); Fußboden und Dach ſind zwecks leichter Reinigung abnehmbar. In den erſten 4 bis 5 Wochen iſt es ratſam, einen etwa 3 Meter langen und 1 Meter breiten Auslauf aus Drahtgitterrahmen in 50 Zentimeter Höhe anzuſchließen.

Im Alter von 10 bis 12 Wochen ſind die Junghähne von den Hennen zu trennen; ſie ſind eine Abwechſlung auf dem Küchenzettel der Hausfrau oder eine gute Einnahme im Verkaufsfall. Die Junghennen benötigen nun etwas größere Holzſtälle mit Sitzſtangen, die Vorderwand beſteht aus Drahtgitter.

Unerwünſchte Glucken ſetzt man zur Entwöhnung etwa 4 bis 6 Tage in einen Käfig, deſſen Boden aus Lattenroſt, Wände und Decke aus Drahtgitter beſtehen. Dieſer Käfig wird im Auslauf erhöht geſtellt; die Glucken müſſen täglich Futter und friſches Waſſer bekommen.

Der Kauf von Eintagsküken kommt für den Geflügelhalter in Frage, der 50 und mehr Küken für ſeine Nachzucht braucht. 100 Eintagsküken, die er jederzeit aus einer guten Leiſtungszucht bekommen kann, ergeben 35 bis 40 Junghennen; man muß mit 50 bis 60 Prozent Hähnchen und 10 bis 15 Prozent Aufzuchtverluſt rechnen.

Die Küken werden gemeinſam unter einer Schirm-Glucke aufgezogen. Elektriſche und Petroleum-Glucken ſind für wenig, Kohlen-Glucken für große Mengen Küken im Handel; ſelbſt mit Wärmflaſchen ſind Küken mit Erfolg aufzuziehen.

Die Aufſtellung der Glucke iſt in jedem zugfreien, hellen Raum oder in einem eigenen Aufzuchthaus, das wie der Hühnerſtall gebaut wird, möglich. Für 400 Küken iſt eine Grundfläche von 4×4 Meter nötig. Trockenen Sand oder Strohhäckſeleinſtreu, größte Reinlichkeit im Stall, viel Licht, Luft und Sonne brauchen die Küken zu ihrem Gedeihen.

Futter- und Trinkgefäße müſſen in genügender Anzahl vorhanden ſein, ſo daß alle Tiere gleichzeitig freſſen können. Im Alter von 4 bis 6 Wochen bekommen die Küken niedere, ſpäter erhöhte Sitzſtangen. Wenn dieſe angenommen ſind, werden die Schirm-Glucken entfernt und an der Nordwand das Kotbrett eingebaut; im Bedarfsfall ſtellt man auch unter dem Kotbrett Sitzſtangen auf. Hier können die Kücken bis zur Legereife bleiben, vorausgeſetzt, daß ſie Zugang zu einem geſunden Auslauf haben.

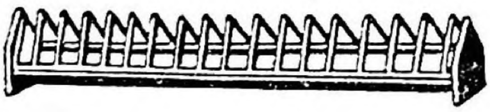
Die dritte Möglichkeit zur Beſchaffung von Nachzucht iſt der jährliche Zukauf von Junghennen im Alter von 2 bis 3 Monaten. Man benötigt dazu einen größeren Geldbetrag, hat aber dafür Junghennen, die die Aufzuchtſchwierigkeiten ſchon überſtanden haben.

Fütterung und Haltung.

Die Kücken benötigen als erſtes Wärme, und es iſt unter der Glucke für eine Temperatur von 30 bis 33 Grad Celſius zu ſorgen. Sobald die Kücken Hunger zeigen (nach etwa 36 Stunden), bekommen ſie die erſte Nahrung, beſtehend aus lauwarmer, gekochter Magermilch. Jedes Kücken wird in die Hand genommen, mit dem Schnabel in die Milch getaucht und das Köpfchen gehoben, damit die Milch in den Hals rinnt. Dann wird unter der Glucke das erſte Trockenfutter auf flache Brettchen geſtreut und durch Klopfen auf das Brettchen die Kücken zum Freſſen gelockt. Das Beobachten der Kücken daraufhin, daß alle ſchnell das Freſſen lernen, darf nicht verſäumt werden.

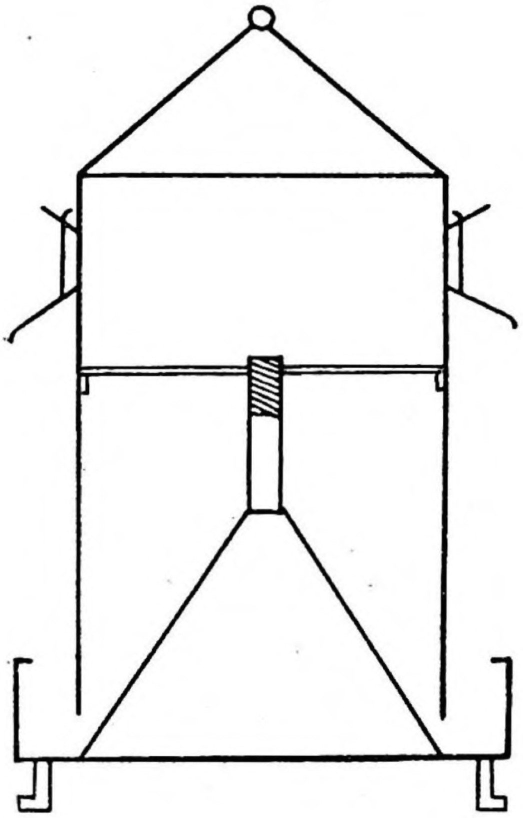
Das Trockenfutter beſteht aus Getreideſchroten, wie Weizen, Mais und Gerſte, die Spelzen werden abgeſiebt; ſehr gerne freſſen die Kücken Bruchreis und Haferflocken. Dieſes Futter ſteht den Kücken immer zur Verfügung; dazu wird ganz friſche, ſüße, oder ganz ſaure Magermilch oder nicht zu kaltes Waſſer in Blumentopftränken gereicht (Blumentopf wird umgekehrt in den Unterſatz geſtellt). Wer keine Friſchmilch bekommen kann, kaufe halb feſte Buttermilch, die, in Waſſer aufgelöſt (1:10), ein ſehr gutes Getränk iſt. Vom 2. Tag an gibt man in flachen Gefäßen Holzkohle und Grit zur beliebigen Aufnahme.

Von der 2. bis zur 8. Woche kauft man ſich eine fertige Futtermiſchung oder ſtellt ſie, wie folgt, ſelbſt zuſammen: 80 Prozent verſchiedene Getreideſchrote (Gerſte, Weizen, Mais, Hafer) und 20 Prozent Eiweißkonzentrate, das iſt eine Miſchung von verſchiedenen Eiweißfuttermitteln, die in jedem Futtermittelgeſchäft erhältlich ſind. Als Futtertröge benützt man einfache Holzkäſten (35:100:10 Zentimeter), in die die Miſchung halb hoch gefüllt wird. Darauf legt man Drahtgitter mit 4 Zentimeter Maſchenweite, um das Scharren im Futter zu verhindern. Auch Kückentröge aus Blech haben ſich gut bewährt. (Siehe Abbildung.) Einmal am Tag erhalten die Kücken von dieſer Miſchung ein mit Milch angemachtes, trockenkrümeliges Weichfutter mit viel fein gewiegtem Grün: Brenneſſel, Löwenzahn, Vogelmiere, Spinat, Luzerne. Geriebene Gelbe Rüben ſind ein ausgezeichnetes Kückenfutter und fördern das Wachstum. Das Weichfutter wird in einfachen Holztrögen gegeben (je Henne 20 Zentimeter Freßplatz).

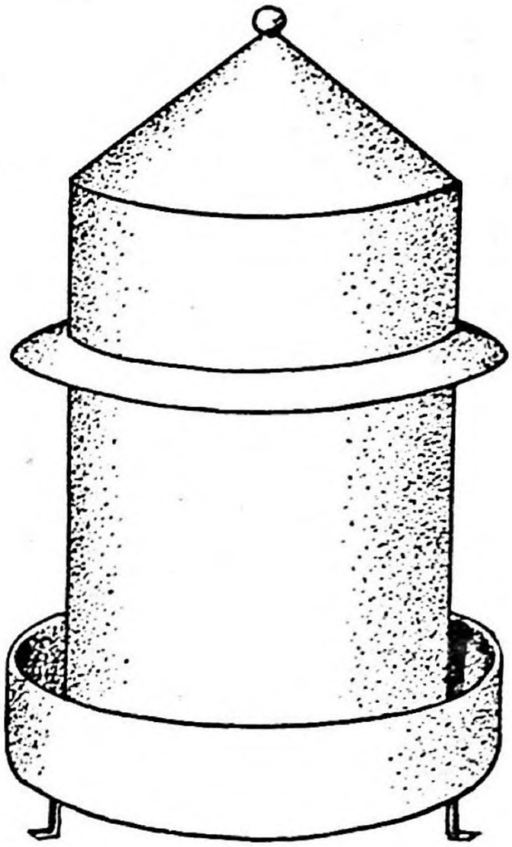


Kückenfuttertrog

Von der 8. Woche an erhalten die Jungtiere morgens und abends je 25 Gramm Weizen oder Gerſte auf den Futterplatz geſtreut, und in runden Blech- oder langen Holzautomaten (ſiehe Abbildung) eine eiweißreichere Trockenmiſchung aufgeſtellt: 75 Prozent Getreideſchrote und 25 Prozent Eiweißkonzentrat. Von dieſer Miſchung nimmt ein Tier je Tag 60 Gramm auf. Das Weichfutter kann nun wegfallen. Als Erſatzmittel für Getreideſchrote ſind Reisfuttermehl und Kartoffelflocken zu empfehlen, wenn ſie billig zu kaufen ſind.

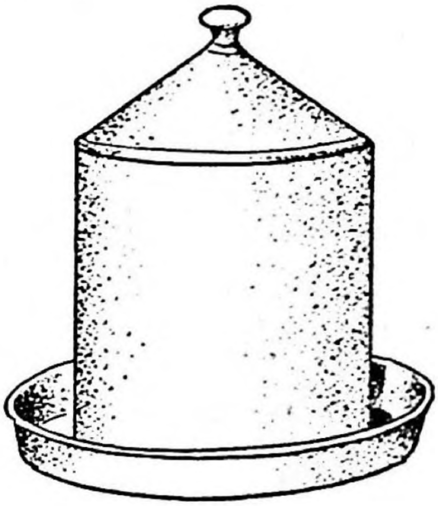


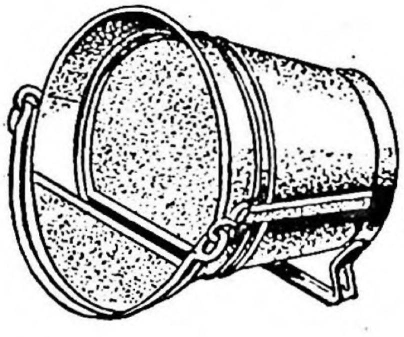
Trockenfutterautomat aus Blech



Kücken und Jungtiere ſollen immer Bewegung in grünen, kurz gehaltenen Ausläufen, und ſtets friſches Trinkwaſſer in ſauberen Eimern oder einfachen Schüſſeln zur Verfügung haben. (Siehe Abbildung.)

Tränkeimer





Kückentränke

Bei dieſer Art der Fütterung werden die zur rechten Zeit (April) erbrüteten Tiere im Oktober mit dem Legen einſetzen und bis zum Frühjahr durchlegen. Im Winter, wenn die Tiere draußen im Freien nichts mehr finden, ſorge man für Grünfuttererſatz: Runkelrüben und Möhren hängt man halbiert im Stall auf, Abfälle von Kraut und ſonſtigem Gemüſe. Es empfiehlt ſich der Anbau von

Winterkohl. Wo Grünfutterſilos vorhanden ſind, iſt die Verfütterung von Silage, gehäckſelt, ſehr günſtig. Zur Anregung der Legetätigkeit gibt man Keimhafer, der in flachen Gefäßen angefeuchtet und warm geſtellt wird. Setzt große Kälte ein, ſo iſt es ratſam, als Körner Mais zu füttern; ebenſo täglich ein einmaliges Weichfutter, 20 Gramm je Tier; dabei können gekochte Kartoffeln mit zu dem Schrotfutter gemengt werden, wenn dieſe billig zur Verfügung ſtehen.

Durch Anbringen von Licht im Stall wird der Wintertag der Länge des Sommertages angeglichen; dadurch nehmen die Hennen mehr Futter auf und es wird eine vermehrte Eierablage im Winter erzielt, was für die Wirtſchaftlichkeit der Geflügelhaltung ſehr weſentlich iſt. Ebenſo wichtig wäre in dieſen Monaten die Fallenneſterkontrolle, da Hennen, die in der Leiſtung nicht befriedigen, im Frühjahr, wenn die Futterkoſten den Erlös für Eier überſteigen, geſchlachtet oder verkauft werden müſſen. 50 bis 70 Prozent des ganzen Tierbeſtandes ſoll jährlich erneuert werden.

Krankheiten.

Zur Geſunderhaltung der Hühner dienen einige Winke für leichte Krankheitsfälle. Im allgemeinen lohnt es ſich nicht, ein krankes Tier lange zu behandeln. Man ſondere es auf jeden Fall von den geſunden ab, um Anſteckung zu verhüten.

Häufig treten im Herbſt und Winter Erkältungskrankheiten auf, wie Diphtherie, Schnupfen und der weniger gefährliche Zipf, auch Pips genannt. Als vorbeugendes Mittel haben ſich Chinoſoltabletten, die man im Trinkwaſſer auflöſt, bewährt. Bei Belagbildung auf den Schleimhäuten hilft Bepinſeln derſelben mit einer Miſchung 1:1 von Jodtinktur und Glyzerin; bei entzündeten Augen ein Waſchen mit 2prozentiger Borſäurelöſung. Die ſo erkrankten Tiere ſind in einen warmen Raum zu bringen und mit Weichfutter zu füttern. Zwei Kückenkrankheiten ſind Kückenruhr und Kokzidioſe, anſteckende Darmkrankheiten, die ſchon in den erſten Lebenstagen auftreten. Gründlichſte Reinigung des Stalles und der Futtergefäße, Fütterung von Bruchreis, ſaurer Mager- und Buttermilch beugen dieſen Krankheiten vor.

Um Ungeziefer, wie Federlinge und Milben, im Stall und an den Tieren zu verhüten, iſt Sauberkeit, Weißen der Stallungen mit Kalkmilch unter Zuſatz von etwas Lyſol, Streichen der Sitzſtangen und Böcke mit Karbolineum und regelmäßiges Einſtauben der Hühner mit Inſektenpulver zu empfehlen. Kalkbeine der Tiere, die durch Krätzmilben verurſacht werden, bekämpft man durch Beſtreichen der Beine mit Schmierſeife und Schwefelſalbe.

Einen Überblick über die Geflügelhaltung ſoll am Jahresſchluß eine Buchführung, in der einfachſten Form gehalten, geben. Bei Fallenneſter-Kontrolle iſt die Führung einer Legeliſte, bei offenen Legeneſtern das Aufſchreiben des täglichen Eieranfalles notwendig. Einnahmen über verkaufte Eier und Schlachtgeflügel, Ausgaben über Futterkoſten, Einrichtung und Tiermaterial ſind zu buchen.

Wenn aus der Haltung nicht nur der Eigenbedarf gedeckt wird, ſondern auch der Markt beliefert werden kann, ſo iſt das noch eine erfreuliche Einnahme in der Kaſſe der Hausfrau. Aber nur ganz friſche, tadelloſe Ware, die appetitlich hergerichtet iſt, findet Käufer und trägt dazu bei, das Anſehen der deutſchen Erzeugniſſe zu heben.

Schweinehaltung

Im Eigenheim kann nur die Haltung eines Maſtſchweines in Frage kommen. Für Zucht fehlen meiſt die Kenntniſſe und der Raum im Freien, um den Tieren genügend Bewegung zu geben.

Im folgenden ſoll kurz das Nötigſte zur Anleitung gebracht werden. Deutſchland iſt ein großes Land geworden und deshalb iſt es doppelt notwendig, alles was man beginnt, mit dem Zweck der Wirtſchaftlichkeit durchzuführen. Auch in der Kleintierhaltung führen viele Wege zum Ziel. Sicher iſt jedoch, daß ſehr häufig gerade die Haltung und Fütterung ſtark vernachläſſigt wurde.

Licht und Luft heißt heute überall das Schlagwort. Gilt das aber nur für den Menſchen? Soll nicht gerade das Schwein, das ſo lange in Holz- und Zementſärgen leben mußte, davon betroffen werden? Oder meinen noch immer viele der Schweinhalter, das Schwein gehöre zu den Höhlenbewohnern? Manchmal möchte man es glauben, wenn man die finſteren Verließe ſieht, in denen die Tiere wohnen. Nein ... Licht und Luft auch dem Schwein. Danach muß ſich der Schweinehalter richten. Ebenſo mit der Fütterung. Das Schwein iſt wohl ein Allesfreſſer, aber ſchlechtes, verdorbenes Futter iſt auch ihm nicht bekömmlich und ermöglicht keine gute Entwicklung.

Zunächſt einige kurze Ratſchläge für den Bau eines geeigneten Schweineſtalles mit Luft, Licht und Sonne in genügender Menge. Meiſt wird als Raum irgendein Schuppen oder ſonſt ein ausgedienter Raum in Frage kommen. Ein Kellerraum iſt möglich, aber nicht ſehr erwünſcht. Die Gefahr eines ſchlechten Geruches für das ganze Haus iſt groß und Mäuſe und Ratten werden ſich nur zu leicht hier aufhalten. Ein anderer Nachteil iſt, daß Kellerräume zu dunkel ſind, daß zu wenig Luft hineinkommt.

Viel beſſer iſt deshalb der Bau eines eigenen kleinen Stalles. Mit einigem Geſchick kann man dies ſelbſt vornehmen. Man ſucht ſich einen geſchützten Platz aus an einer Haus- oder Schuppenwand und ſtellt hier den Stall auf. Zum Bau der Wände verwendet man am beſten Holz. Sehr gut eignen ſich aufgeſchnittene Kiefernſtangen. In rauherem Klima baut man ſie am beſten doppelt und füllt den Zwiſchenraum zur Wärmehaltung mit Koksſchlacke oder Torfmull — nicht geeignet ſind Sägeſpäne, weil dadurch Mäuſe und auch ſonſtiges Ungeziefer angezogen wird. Zweckmäßig nimmt man die Stangen an der Außenſeite ſenkrecht und an der Innenſeite waagrecht. Als Dach eignet ſich ebenfalls Holz, als Wetterſchutz mit teerfreier Ruberoidpappe überzogen. In ſehr rauhen Lagen kann man noch eine Decke einziehen und den Zwiſchenraum zwiſchen Dach und Decke mit Stroh oder Heu ausfüllen. Ein ſolcher Stall iſt billig im Bau und für das Tier warm. In mildem Klima genügt eine einfachwandige Hütte aus obigem Material.

Ein weiterer wichtiger Punkt iſt die Anlage des Fußbodens. Zweck desſelben iſt, den Stall reinhalten zu können und das Eindringen von Ratten und Mäuſen zu verhindern. Man verwendet eine zirka 5 Zentimeter ſtarke Glasſcherbenſchicht, darüber zirka 8 bis 10 Zentimeter Koksſchlacke und darauf gibt man in Magerbeton dicht aneinander gelegt Ziegel oder Klinkerſteine. Dieſer Boden iſt lange haltbar, ermöglicht eine leichte Reinigung und iſt warm. Um den Jaucheabfluß zu ermöglichen, muß der Fußboden ein Gefälle von 5 Zentimeter auf 1 Meter haben. Außerhalb der Bucht wird die Jauche in einer überdachten Rinne geſammelt und in eine Jauchegrube geleitet, die ebenfalls gedeckt ſein muß.

Sollen mehr Schweine gehalten werden, teilt man den Raum am beſten in Buchten, deren Trennwände zirka 1 Meter hoch ſind und aus geſpaltenen Kiefernſtangen beſtehen. Die Tiere ſollen ſich untereinander und auch ihren Pfleger ſehen. Nur dann ſind die Schweine ruhig und die Maſt wird nicht durch ſtändige Aufregung unterbrochen. Bei Maſtſchweinhaltung rechnet man für vier Schweine eine Bucht von 4 Quadratmeter. Bei weniger Schweinen im Verhältnis mehr Raum, z. B. wird ein einzelnes Schwein immer noch eine Bucht von 2,2 Quadratmeter brauchen. Zweckmäßig wird man die Hütte etwas größer bauen und den übrigen Raum als Futterkammer einrichten.

Ein ſehr wichtiger Einrichtungsgegenſtand iſt der Futtertrog. Als Material eignet ſich am beſten glaſierter Ton oder emailliertes Gußeiſen. Die Form muß geräumig ſein, am beſten an den Seiten abgerundet, um das Feſtſetzen von Futterreſten in den Ecken zu vermeiden.

Als letztes ſei noch an eine gute Lüftungsmöglichkeit gedacht. Ein Schweineſtall ſoll die Höhe von 2 Meter nicht überſteigen. In einem kleinen Stall genügt die Anbringung von Fenſtern in genügender Größe (ein Fünftel bis ein Sechſtel der Bodenfläche), um auch in den Wintermonaten das Eindringen von Sonne zu ermöglichen. Am beſten müſſen die Fenſter, wenn irgend möglich, nach Süden gehen.

Wände und Trennwände werden mit Kalkmilch beſtrichen, der man zur Desinfektion etwas Lyſol beigeben kann.

Als Einſtreu eignet ſich am beſten Stroh. Da dies meiſt nur teuer zu beſchaffen iſt, kann Laub verwendet werden, das man ſich billig beſchaffen kann. Allzu ſparſam darf man mit der Einſtreu nicht ſein. Das Schwein läßt ſich ſehr gut dazu erziehen, nur einen Teil der Bucht als Miſtſtätte zu verwenden und den anderen, mit viel Einſtreu verſehenen Teil, als Lagerſtätte.

Als ganz beſonders günſtig wäre noch anzuſehen, wenn neben dem Stall noch ein kleiner Auslauf wäre, um dem Tier die Möglichkeit zu geben, ſich im Freien zu bewegen. Dieſer Auslauf muß für ein Maſtſchwein nicht groß ſein, wenn er nur groß genug iſt, daß das Tier wühlen und ſich in friſcher Luft aufhalten kann.

Nach der Erbauung des Stalles tritt die Frage der Beſchaffung der Tiere an uns heran. Zunächſt fällt die Wahl zwiſchen einzelnen Raſſen vielleicht ſchwer. Zur engeren Wahl genügen drei Raſſen.

1. Das deutſche veredelte Landſchwein mit den Schlappohren — dem geraden, langen Rücken und der je nach Zuchtrichtung mehr oder weniger tiefen Körperform. Der Name ſagt uns ſchon ſeine Abſtammung. Es hat die robuſte, ſchnellwüchſige Natur des Landſchweines und die gute, reichliche Fleiſchbildung des Edelſchweines. Es iſt anſpruchslos und gedeiht auch bei weniger günſtigen Verhältniſſen.

2. **Das Edelſchwein.** Es iſt ein hochgezüchtetes Schwein, das mehr Anforderungen an Haltung, Pflege und Fütterung ſtellt. Der Kopf iſt klein und eingeknickt und die Ohren ſtehen ſteil in die Höhe. Dieſe Tiere ſtehen im Ruf der beſonders guten Futterverwertung, jedoch eignen ſie ſich nur für Betriebe, die gutes Futter geben können.

3. In den Eigenſchaften ähnlich dem veredelten Landſchwein haben wir ein ſchwarzes Schwein — das **Cornwallſchwein**, ebenfalls mit Schlappohren.

Alle drei Raſſen eignen ſich auch in der Reinzucht zur Maſt und es iſt nicht notwendig, die immer wieder ſo viel angeprieſenen Miſchraſſen zu nehmen, die in der Leiſtung oft ſehr weit hinter den gut durchgezüchteten Raſſetieren ſtehen.

Beſonders zu empfehlen iſt dem kleinen Schweinehalter das veredelte Landſchwein.

Bei der Beſchaffung der Ferkel achte man auf den Betrieb, aus dem man die Ferkel bezieht. Die Elterntiere ſollen geſund und die Ferkel in gutem Ernährungszuſtand ſein. Hat man nicht ſehr viel Magermilch zur Verfügung, ſo iſt es beſſer, die Ferkel ſchon etwas älter zu kaufen, im Gewicht von zirka 20 Kilo, alſo im Alter von 8 bis 10 Wochen. In dieſem Alter können die Ferkel wie erwachſene Schweine gefüttert werden.

Dieſe Ferkel koſten mehr, wachſen dann aber auch viel beſſer. Steht Ziegen- oder Schafmilch zur Verfügung, dann kann ohne weiteres ein jüngeres Ferkel eingeſtellt werden. Am beſten wären zwei Tiere, da ein einzelnes Ferkel häufig unter dem Alleinſein leidet und dadurch ſtark in der Entwicklung zurückbleibt.

Außer dem Kauf im Stall des Züchters gäbe es noch die Möglichkeit, ſich auf einem Markt ein Ferkel zu beſchaffen. Einem Schweinehalter möchte ich dieſen Weg jedoch nicht anraten. Jemand, der nicht ganz gute Sachkenntnis beſitzt, kann hier große Mißgriffe tun.

Und nun kommen wir zum dritten und ſchwerſten Teil, der Fütterung. Einige allgemeine Betrachtungen. Ich ſagte ſchon eingangs, daß die ganze Kleintierhaltung eine Veredlungswirtſchaft darſtellt, das heißt, allerlei ſonſt unbrauchbare Abfälle ſollen im Schweinemagen in wertvollen Speck und Fleiſch umgewandelt werden. Es gehen dabei im Verdauungsapparat des Schweines ſehr komplizierte Veränderungen vor ſich. Es muß eine genaue Trennung in die brauchbaren und unbrauchbaren Stoffe geſchehen. Zu dieſem Zwecke muß durch die Verdauung das Ganze erſt wieder in einzelne Bauſteine abgebaut und dann neu zuſammengefügt werden. Dieſe Bauſteine bezeichnen wir als Nährſtoffe, die das Schwein ebenſo wie alle anderen Tiere braucht, um leben und wachſen zu können.

Die einzelnen Nährſtoffe ſind:

Das Waſſer. Dieſes ſpielt gerade in der Schweinemaſt eine ſehr wichtige Rolle. Immer wieder kann man beobachten, daß gerade das Futter des Schweines aus ganz dünnen Suppen beſteht. Prüfen wir den Waſſergehalt des Schweines ſelbſt, ſo ſehen wir, daß ein ungemäſtetes Schwein zu 50 Prozent, ein gemäſtetes zu 35 Prozent aus Waſſer beſteht. Daraus erſieht man, daß der Waſſergehalt des Schweines abnimmt und man alſo nicht mit Waſſer mäſten kann. Man gebe dem Schwein nur ſo viel, als es tatſächlich aufnehmen kann, und nicht mehr.

Als nächſten Nährſtoff haben wir das Eiweiß, den wichtigſten Bauſtoff, da ja alles Fleiſch in der Hauptſache daraus beſteht. Dieſer Nährſtoff iſt im Vergleich mit Waſſer in den meiſten Nahrungsmitteln in geringer Menge vorhanden. Deshalb wird bei der Fütterung häufig der Fehler gemacht, die Tiere in der Eiweißzufuhr zu knapp zu halten. Da dieſer Nährſtoff unbedingt nötig iſt und er in den meiſten Futtermitteln wenig enthalten iſt, ſind die reinen Eiweißfuttermittel ſehr teuer.

Wir kommen nun zum Fett. Im Futter kommt es ebenfalls ſehr wenig vor. Es hat aber lange nicht die Bedeutung wie Eiweiß. Es kann in ſeinen Aufgaben ſehr gut durch die Kohlenhydrate erſetzt werden. Man verſteht darunter Stärke und Zucker, Stoffe, die im Tierkörper vor allem Wärme und Kraft erzeugen ſollen. Außerdem hat der Körper die Fähigkeit, dieſe Nährſtoffe bei reichlicher Zufuhr in Fett zu verwandeln und ſo zur Reſerve bereit zu halten. Die Futtermittel, die vor allem Kohlenhydrate enthalten, werden ſehr häufig im Übermaß an das Schwein gegeben, ohne dabei ein zufriedenſtellendes Ergebnis zu bekommen, da eben andere Nährſtoffe fehlen.

Als weiterer Nährſtoff ſei die **Zelluloſe oder Holzfaſer** genannt. Reich an Holzfaſer iſt das Grünfutter — überhaupt alle pflanzlichen Futtermittel außer den Samen. Die Holzfaſer dient vor allem zur Sättigung. Einen Nährwert hat die Holzfaſer gerade für das Schwein nicht, da ſie nur ſchwer verdaut wird.

Zuletzt kommen noch die Aſchenbeſtandteile. Die Aſchenbeſtandteile ſind Mineralſtoffe, die zum Aufbau der Knochen notwendig, aber auch im Fleiſch und Blut vertreten ſind. Die Hauptſache iſt beim Tier der Kalk, vor allem der phosphorſaure Kalk, der zur Knochenbildung nötig iſt. Dieſer iſt in den meiſten Futtermitteln nicht oder ſehr wenig enthalten. Deshalb iſt ein Beifutter von Kalk ſehr notwendig.

Endlich möchte ich noch die Ergänzungsſtoffe (Vitamine) erwähnen. Wird ein Schwein nur mit gekochtem Futter ernährt, ſo iſt ſeine Ernährung ungenügend. Durch das Kochen werden eben dieſe lebensnotwendigen Stoffe zum großen Teil zerſtört.

Nachdem wir nun die einzelnen Nährſtoffe kennen, käme es darauf an, alle dieſe wichtigen Stoffe dem Tier in ausreichender Menge zuzuführen. Gerade bei der Schweinefütterung werden auf dieſem Gebiet große Fehler gemacht. In vielen Fällen fehlt dem Futter für die wachſenden Schweine die nötige Eiweißmenge. Die Tiere entwickeln ſich infolgedeſſen nicht genügend. Dies gilt auch für die wachſenden Maſtſchweine. Die Entwicklung des Tieres richtet ſich nach dem Nährſtoff, der am geringſten vorhanden iſt. Das müſſen wir uns merken. Es iſt alſo nicht ſo ganz einfach, die Fütterung jeweils dem Tier anzupaſſen, ſei es Ferkel, Läufer oder Maſtſchwein. Dazu müſſen wir erſt die wichtigſten Futtermittel kennen.

Im Rahmen dieſes Buches kann das nur in aller Kürze geſchehen.

Wir wollen die Futtermittel in ſolche mit vorherrſchend Holzfaſer-, Kohlenhydrat- und Eiweißgehalt einteilen.

1. Viel **Holzfaſer** enthält das geſamte **Grünfutter**, vor allem im ausgewachſenen Zuſtand. Im jugendlichen Stadium iſt es eiweißreicher und ſeine Verdaulichkeit beſſer. Es eignet ſich vor allem als darmweitendes Futter für Läufer. Weiter gehören in dieſe Gruppe: Rüben — Heublumen — Getreideſpreu. Maſtſchweine erhalten von dieſem Futter wenig oder beſſer nichts.

2. Die Gruppe mit vorwiegend Kohlenhydratgehalt. An erſter Stelle ſteht hier die Kartoffel. Sie enthält viel Waſſer und leicht verdauliche Stärke, alle übrigen Nährſtoffe fehlen faſt ganz. Sie eignet ſich ſehr gut zur Maſt — muß aber vor dem Verabreichen gewaſchen und gekocht werden. Die Haus- und Küchenabfälle kommen im Wert den Kartoffeln faſt gleich. Es lohnt ſich alſo für eine Hausfrau, auch die Abfälle der benachbarten Hauswirtſchaften zu ſammeln; ſie kann dadurch billig das Grundfutter für das Maſtſchwein beſtreiten.

Ganz beſonders günſtig wird jedoch das Maſtergebnis durch die Getreidefuttermittel beeinflußt, die immer geſchroten verfüttert werden. Beſonders geeignet iſt Gerſte und Roggen. Mais, im Übermaß gefüttert, ergibt einen ſehr weichen

Speck. Weizen iſt für Futterzwecke zu teuer und Hafer zur Maſt ungeeignet. Ferner gehören hierher noch die Futtermehle und Kleien, die mehr oder weniger wertvoll ſind und Abfälle bei der Müllerei ſind. Bucheckern und Eicheln werden von den Tieren ebenfalls gerne gefreſſen — haben jedoch nur Wert in rohem, friſchem Zuſtande.

Als dritte Gruppe haben wir die hochwertigen Futtermittel, die Eiweißträger. Für den kleinen Schweinehalter beſonders wichtig iſt die Milch: Magermilch oder Vollmilch von Ziegen und Schafen, auch dies iſt eine Preisfrage. Im allgemeinen wird man Milch nur verwenden, wenn ſie betriebseigen oder ſehr billig zu haben iſt. Zurzeit darf der Liter Magermilch den Preis von 2 bis 2,5 Pfennig nicht überſteigen, um noch preiswert zu ſein. Bei der Milchfütterung iſt zu beachten, daß die Milch ganz ſüß oder ganz ſauer ſein muß. Sonſt entſtehen leicht Verdauungsſtörungen. Denſelben Wert wie Milch hat Buttermilch — etwas geringer im Wert iſt Molke.

An Stelle von Milch kann Fiſchmehl, Fleiſchmehl und Blutmehl treten. Welches der Futtermittel gewählt wird, entſcheidet der Preis. Am beſten iſt eine Miſchung verſchiedener Futtermittel. Die übrigen Futtermittel zu nennen würde zu weit führen.

Als Mineralfutter kommt noch Kalk in Frage, den man am billigſten in Form von Schlemmkreide füttert.

Die Zubereitung und Verabreichung des Futters iſt einfach. Das bisher ſo häufig übliche Kochen des Schweinefutters kann wegfallen. Es genügt, wenn das Futter zu einem ſehr dicken Brei verrührt und kalt gegeben wird. Heißes Futter erzeugt dünne, durchläſſige Därme, was ſich beim Bearbeiten des Schweines nachteilig auswirkt. Man füttert am beſten morgens und abends, je um 6 Uhr. Die Zunahmen ſind bei zweimaliger und dreimaliger Fütterung gleich, wie an Hand genauer Wiegeverſuche feſtgeſtellt wurde.

Wir kommen nun zur Technik der Fütterung.

Aus dem bisher Geſagten ergibt ſich, daß das wachſende Maſtſchwein eine Mindeſtmenge an Eiweiß braucht, und zwar iſt dies zirka 250 bis 300 Gramm pro Tag. Die Menge iſt durch Fütterungsverſuche feſtgeſtellt und ſoll aus reinem verdaulichen Eiweiß beſtehen. Dieſe Eiweißmenge kann man durch verſchiedene Futtermittel zuführen: 4 Liter Magermilch oder 10 Liter Molke oder zirka 200 Gramm Fiſchmehl. Der Rechenſtift muß ſagen, was billiger und preiswerter iſt. Zur Sättigung gibt man die Küchenabfälle, vor allem die ſtärkehaltigen. Sind dieſe zu flüſſig, dann miſcht man noch etwas Getreideſchrot oder Kleie hinzu, bis das Ganze einen ſteifen Brei ergibt. Die nötige Menge Eiweißfutter muß immer hinzugefügt werden. Sind keine betriebseigenen Futtermittel vorhanden, ſo ſtellt man ſich am beſten eine Miſchung aus Schroten, Fiſch- und Fleiſchmehl her und gibt zu jeder Futterzeit pro Tier ½ Kilo zu dem Grundfutter. Zum Beiſpiel ſei eine Miſchung angefügt:

30% Gerſtenſchrot — 40% Roggennachmehl
10% Fiſchmehl
10% Fleiſch- oder Blutmehl
3% Kalk
2% Kohle

Die Wahl der Schrote richtet ſich nach dem jeweiligen Preis. Statt Roggen kann ebenſogut Maismehl verwendet werden. Hat man ſolch eine Miſchung, dann iſt es ſicher, daß jedes Tier die nötige Eiweißmenge bekommt. Außerdem verbeſſern die Getreideſchrote die Qualität des Fleiſches.

Um ein jedesmaliges Abwiegen unnötig zu machen, nimmt man als Maß am beſten eine alte Kilokonſervenbüchſe, die ½ Kilo des Miſchfutters faßt. Dieſes Miſchfutter wird mit wenig Waſſer verrührt und im Trog über das Grundfutter gegeben.

Die Dauer der Maſt richtet ſich nach dem Ziel. Wollen wir ein ſchweres 3- bis 4-Zentnerſchwein, ſo muß es 9 bis 12 Monate gemäſtet werden — handelt es ſich um ein kleineres Schwein mit zirka 2 Zentner, ſo kann dies Gewicht in 3 bis 4 Maſtmonaten erreicht werden. Das leichte Schwein hat mehr durchwachſenes Fleiſch, das ſchwere mehr Fett.

Es ließe ſich noch viel ſagen. Vielleicht trägt aber auch dies wenige bei, den Schweinehalter zum Nachdenken anzuregen und ihm ſo das „Glück im Schweineſtall", das ſo viel geprieſen wird, zu bringen.

Ziegenhaltung

Hier gilt an allgemeinen Grundſätzen dasſelbe wie bei der Haltung von Schweinen. Noch viel mehr iſt die Haltung und Bewegung in friſcher Luft zu betonen.

Die Haltung der Ziege hat als Zuchtziel die Milchleiſtung, die möglichſt gehoben werden ſoll, durch richtige Haltung und gute Auswahl von Tieren. Die Ziege bezeichnet man oft als „Kuh des kleinen Mannes". Das weiſt uns bei der Haltung ſchon auf manches hin.

Der Ziegenſtall ſtellt dieſelben Anforderungen wie der Schweineſtall. Er ſoll warm und trocken ſein und wenn möglich, dem Tier Bewegungsfreiheit geben. Am beſten eignen ſich deshalb ſogenannte Laufſtälle. Das Anbinden der Ziegen in ähnlicher Form wie bei den Kühen iſt möglich, aber nicht ſehr vorteilhaft für das Tier.

Eine nicht geringere Bedeutung hat gerade bei der Ziege die Pflege. Der verpönte „Bockgeſchmack" der Milch entſteht nur durch mangelnde Sauberkeit am Euter und im Stall. Regelmäßiges gutes Putzen und tägliche Erneuerung der Streu iſt Bedingung.

Die Wahl der Raſſen iſt bei den Ziegen nicht allzu ſchwer, da im allgemeinen nur zwei in Frage kommen.

1. Die weiße Saanenziege und die weiße deutſche Edelziege. Beide Raſſen werden hornlos gezüchtet. Beſonders gut in der Milchleiſtung iſt die Saanenziege.

2. Die rehfarbene Ziege. Es iſt dies eine Gebirgsziege, die vor allem in den Mittelgebirgen Verbreitung findet. Bei der Ziegenhaltung iſt bis zu einem Grade die Zucht auch für den kleinen Halter nötig, da ja nur ſo eine beſtimmte Milchleiſtung erreicht wird.

Die weiblichen Ziegenlämmer ſollen nicht vor dem achten Monat, am beſten erſt im Alter von 1 bis 1½ Jahren zur Zucht verwendet werden. Die eingetretene Brunſt zeigen die Tiere durch Wedeln mit dem Schwanz und durch ſtarkes Meckern an. Die Trächtigkeit dauert 21 Wochen. In der letzten Zeit vor dem Ablammen iſt weniger kräftig zu füttern, um das Milchfieber zu verhüten. Unmittelbar nach der Geburt bekommt das Muttertier nur einen leichten Kleientrank. Das Lamm läßt man nach 1 bis 2 Stunden an die Mutter. Nach dem Saufen melke man gut nach, um die Milchbildung anzuregen und um Eutererkrankungen zu vermeiden. Iſt das Lamm zum Schlachten beſtimmt, läßt man es 4 Wochen an der Mutter; ſoll es zur Aufzucht kommen, ſo läßt man es 6 Wochen an der Mutter und beginnt dann mit dem Entwöhnen.

Auf die weitere Aufzucht kann hier leider nicht eingegangen werden.

Die Fütterung der Alttiere iſt einfacher wie beim Schwein, da die Ziege eigentlich ein Weidetier iſt. Die Höchſtleiſtung einer Raſſe wird deshalb auch erreicht, wenn genügend Weiden zur Verfügung ſtehen. Sehr zu begrüßen iſt die in Bayern begonnene Einrichtung von genoſſenſchaftlichen Weiden, um ſo auch dem kleinen Ziegenhalter, der keine eigenen Weiden hat, dieſe Art der Haltung zu ermöglichen.

Da ſehr häufig die Weiden nicht ausreichend ſind, muß die Fütterung der Ziege im Stall möglichſt den natürlichen Lebensverhältniſſen angepaßt ſein. Die erſte Anforderung iſt reichliche Abwechſlung im Futter. Die Ziege iſt als ſehr wähleriſch bekannt. Sie will nur das beſte und zarteſte Gras, zur Abwechſlung Kleearten, Rübenblätter, Gartenabfälle ſowie junges Laub. Als Beifutter wirken Haferſchrot, Kleie — Weizennachmehl — Fiſchmehl in Form eines lauwarmen Trankes oder als Trockenfutter gegeben, günſtig auf die Milchabſonderung.

Im Winter bilden Heu und Grummet das Hauptfutter. Daneben werden Rüben, Kartoffeln und die oben erwähnten Kraftfuttermittel verabreicht. Dem Trank können auch gute Küchenabfälle, wie Kartoffelſchalen, zugeſetzt werden. Falſch iſt es, die Ziege nur mit Küchenfällen ernähren zu wollen. Die Milchleiſtung wird dabei gering ſein.

Man füttere und melke morgens und abends. Die Mittagsfütterung erhöht den Ertrag kaum — die zu leiſtende Arbeit weſentlich.

Da gerade in heutiger Zeit die Ziegenzucht eine große Bedeutung hat, ſei hier nur ganz kurz auf die verſchiedenen Maßnahmen zur Förderung hingewieſen. An erſter Stelle ſtehen die genoſſenſchaftlichen Organiſationen, die als Aufgabe die Milchleiſtungsprüfung ſowie die Bockhaltung haben, ferner Belehrungen durch Wort und Schrift erteilen. Zur Beſchaffung guter Zuchttiere werden den Gemeinden Zuſchüſſe vom Staat bereit geſtellt.

Die Kaninchenzucht

Das Kaninchen hat gerade während und nach dem Krieg eine große Bedeutung erlangt. Das Kaninchen und ſeine Haltung eignet ſich faſt ausſchließlich für den Kleinbeſitzer. Es kann auf dieſe Weiſe faſt ohne Bargeldaufwand ein vollwertiges Fleiſch erzeugt werden.

Die Kaninchen haben es den beiden vorgenannten Tiergattungen voraus, daß ſie auf kleinem Raum gehalten werden können. Ferner kann das Futter, das meiſt aus Gras beſteht, billig beſchafft werden. Außerdem verurſachen Kaninchen keine Ruheſtörung.

Gerade bei der Haltung von Kaninchen kommt es auf das Gefallen am Tier an — deshalb ſeien in aller Kürze die wichtigſten Raſſen genannt.

Im allgemeinen unterſcheiden wir lang- und kurzhaarige Raſſen. Die langhaarigen ſind ſchöner und wertvoller, verlangen aber mehr Pflege. Aber auch die kurzhaarigen Felle werden im Rauchwarenhandel gut verwertet, man denke nur an das Marburger Fehkaninchen — weiter das ruſſiſche Hermelin- und das deutſche Silberkaninchen. Letzteres wird beſonders häufig gehalten. Ein langhaariger Vertreter iſt das Angorakaninchen, aus deſſen Haaren Wolle, Tuch — Filz und Watte, aus den gegerbten Fellen Pelze und Beſätze hergeſtellt werden. Die Wahl einer Raſſe hängt vor allem von dem Zweck ab, der damit erfüllt werden ſoll. Großes Körpergewicht und große Felle liefern: Belgiſches Rieſenkaninchen, deutſche Rieſenſchecke — franzöſiſche ſilberweiße Rieſen — deutſche Widder. Sie verlangen jedoch reichlich Futter und große Ställe. Für die Verhältniſſe in der Stadt eignen ſich die kleinen Raſſen, wie Hermelin-, Fehkaninchen — Angora — weiße und blaue Wiener.

Auch das Kaninchen bedarf, wie die anderen Tiere, großer Bewegungsfreiheit und eines Auslaufs. Vor allem braucht es Schatten und Sonne zur Wahl. Das ſtändige Eingeſperrtſein macht die Tiere faul und unfruchtbar und begünſtigt das Entſtehen von Krankheiten und die Ungezieferplage.

Die Ställe ſollen für jedes Tier durchſchnittlich 1 Quadratmeter Bodenfläche haben. Sie ſollen gekalkt ſein, viel Luft und Licht einlaſſen und die Tiere doch vor Zugluft ſchützen. Zur Erzielung guter, dichter Pelze iſt das Halten in Außenſtällen wichtig. Hierbei kommen die Tiere raſch über die Haarung hinweg. Auch bei großer Kälte fühlen ſich die Tiere draußen wohl.

Zweckmäßig wird man gleich am Anfang für eine Stallanlage ſorgen, die der ſpäteren Vergrößerung Rechnung trägt. Am Anfang genügen Kiſten, die mit einer kleinen Heuraufe und einem Abſchlußgitter verſehen ſind. Bei einer größeren Zucht eignet ſich am beſten der Abteilſtall, der ebenfalls leicht hergeſtellt werden kann. Als Grundmaß gilt 1 Quadratmeter Bodenfläche und 60 bis 75 Zentimeter Höhe. Die Größenmaße ändern ſich je nach der Raſſe. Bei den Rieſen muß die Grundfläche um die Hälfte vergrößert werden.

Der Stall wird aus gehobelten Brettern zuſammengeſtellt. Man benötigt 4 Eckpfoſten und 2mal 4 Querpfoſten, an denen die Bretter befeſtigt werden. Der Boden muß nach rückwärts ein leichtes Gefälle haben, ferner muß bei Anbringung der Rückwand ein kleiner Schlitz frei bleiben, um den Jaucheabfluß zu ermöglichen. Zum Schutz wird der Boden und ⅓ der Seitenwände mit Aſphaltteer beſtrichen. Um den Boden trocken zu halten, kann ein Einſatz eines ſehr engen Lattenroſtes angeraten werden. Dieſer Roſt muß beweglich ſein, um ein Reinigen zu ermöglichen.

Im Sommer iſt es günſtig, an geſchützten, ſchattigen Stellen Sommerſtälle einzurichten, die mit einem Auslauf verbunden ſind. Die Tiere haben die Gelegenheit des Wühlens und können das Kühle ſuchen. Kaninchen leiden unter der Hitze in den Käfigen ſehr.

Um eine Futterverſchwendung durch die Kaninchen zu vermeiden, gibt man das Futter am beſten in Raufen, die für Alttiere 30 Zentimeter vom Boden entfernt ſind. Körner und Weichfutter werden am beſten in runden Tonnäpfen verabreicht oder, wenn mehrere Tiere im Stall ſind, in Holzrinnen, die zur beſſeren Reinigung mit Zinkblech ausgeſchlagen ſein können.

Zuchttiere hält man am beſten in Einzelhaft, vor allem während der Brunſt. Rammler müſſen ebenfalls einzeln gehalten werden. Das Zuſammenſperren iſt nur bei kaſtrierten Tieren möglich. Bei den Jungtieren müſſen Häſinnen ſehr bald getrennt werden, da die Tiere ſehr bald geſchlechtsreif ſind.

Ein ſehr wichtiges Kapitel iſt die Pflege der Haare. Eine weiche Bürſte und ein nicht zu enger Kamm ſollen öfters gebraucht werden. Ganz beſonders iſt dies bei den Angoras nötig.

Um ein zu langes Wachſen der Zähne zu verhindern, gebe man den Tieren Äſte und Zweige zum Nagen und zerkleinere auch das Futter, wie Rüben und Brot, nicht.

Bei der Fütterung des Kaninchens unterſcheiden wir: Die Trocken-, gemiſchte und Grünfütterung.

a) Die Trockenfütterung beſteht in der Verabreichung von Heu, Hafer, Brot, ferner Kleie, Gerſten- und Hafermehl in Form eines dicken Breies; Waſſer und Milch als Tränke. Dieſe Fütterung iſt teuer und wird nur zur Maſt verwendet.

b) Die gemiſchte Fütterung beſteht außer den genannten Futtermitteln noch aus Knollen und Rüben ſowie allerhand Grünzeug, gekochte Kartoffelſchalen und Waſſer nach Bedarf.

c) Die Grünfütterung iſt die billigſte, ſoweit es ſich um die Ernährung von Jungtieren handelt. Der Übergang vom Heu zum Grünfutter muß langſam geſchehen. Das Grünfutter ſoll friſch, aber nicht naß ſein. Als Grünfutter eignen ſich: Wegerich — Weißklee — Gras — Wicken — Kohl — Rüben — Runkeln — Möhren. Außerdem alle Gartenabfälle. Salat und Zwiebeln ſind nur gekocht unſchädlich.

Wie oft ſoll nun das Kaninchen gefüttert werden? Es gilt hier die Regel: Wenig, dafür öfter zu füttern (4- bis 5mal). Die Menge kann nur nach längerer Beobachtung gefunden werden.

Auf Maſt und Zucht ſowie Schlachten näher einzugehen, verbietet der Raummangel.

Die ganze Ausführung über Kleintierhaltung ſollte ja mehr eine Anregung ſein, um den Laien zu überzeugen, daß es möglich iſt, Tiere auch in einem Eigenheim mit Erfolg zu halten. Wer noch mehr über Zucht und Haltung der einzelnen Tiere wiſſen will, ſei auf die umfangreiche landwirtſchaftliche Fachliteratur verwieſen.

Inhaltsverzeichnis

(Anmerkung: Abkürzung „v. Z." = verſchiedene Zubereitung)

A

Seite

Aal, Allgemeines v. Z. 148—150
Aal, blau gekocht 149
Aal-Frikaſſee 150
Aal, gebacken 150
Aal, gerollt, gedämpft . 149
Aal in feinen Kräutern . 149
Aal in Rotwein 149
Aal in, mit Salbei 149, 336
Aalſuppe mit (Hamb.) . 332
Abgerührter Hefeteig, Grundrezept 471
Abendmahlzeit, fleiſchlos 542
Albertkeks 503
Alkoholfrüchte, Rumtopf 669
Almbuttertorte (Wien) . 395
Altwiener Auflauf 445
Altwiener Mandeltorte . 521
Amerikaniſche Kartoffeln 573
Amerikaniſche Rezepte f. Zuſpeiſen . . . . 272—273
Amerikan. Fruchtſalat . 265
Ananas mit Reis 456
Ananasbowle v. Z. 529, 531
Ananasbrötchen mit . . . 413
Ananasbuttercremtorte . 499
Ananascreme 452
Ananaspunſch 528
Anchovisbutter 411
Anislikör 532
Anisplätzchen 504
Aniswecken 474
Anrichten in der Küche 616—618
Anrichten von Fiſch . . 615
Anrichten von Fleiſch 612—613
Anrichten von Früchten 615—616
Anrichten von Geflügel. 614
Anrichten von Mehlſpeiſen 615
Äpfel, Haltbarmachg. 641—642
Äpfel, erfrorene 81
Äpfel, gebackene, gefüllte 486

Seite

Äpfel, gefüllte 275
Äpfel, Erläuterung . . . 582
Äpfel im Schlafrock . . 476
Apfelauflauf v. Z. 443, 444
Apfelbettelmann (Hamb.) 333
Apfelbowle 530
Apfelbrotauflauf 446
Apfelkaltſchale 109
Apfelküchle 488
Apfelküchlein und Pfannkuchen v. Z. . . . 435—436
Apfelkuchen v. Z. 483
Apfellaibchen (Heſſen) . . 344
Apfelmark, Beiſpielrezept 670
Apfelpfanne (Sachſen) . 359
Apfelreis 580
Apfelſaft 676
Apfelſchalet (Heſſen) . . 340
Apfelſchaum v. Z. 266
Apfelſchmarrn 434
Apfelſinen, Erläuterung . 646
Apfelſinen-Kaltſchale . . 108
Apfelſinenmarmelade, Sonderrezept 674
Apfelſinenmilch 538
Apfelſpeiſe, warme . . . 277
Apfelſtrudel (Wien) 392, 410
Apfeltorte 522
Apoldaer Topf 367
Appetitbrötchen, Herſtellung von . . . . 410—414
Aprikoſen, Haltbarmachung . . . . . 640—641
Aprikoſen, gebackene . . . 486
Aprikoſenſoße v. Z. 459, 583
Aprikoſenſuppe 107
Arbeitskalender des Gartens . . . . . . 779—781
Arbeitstechnik im Garten . . . . . . 774—779
Arme Ritter v. Z. 298, 486, 487
Artiſchocken v. Z. 246, 247, 553
Artiſchocken-Rohkoſt v. Z. 547
Aſpik, Vormerkg., Grundrezept . . . 416—419

Seite

Aſpik, künſtliches 419
Athener Beefſteak i. Topf 274
Aufgaben der Nahrung 1—3
Ausgezogener Eierkuchen 125
Aufläufe . . . . 442—446
Augsburger Scheiterhaufen 314
Ausbackteig 130
Ausgeſtochene Kartoffeln 253
Ausgeſtochener Reis . . . 98
Ausgeſtochenes Buttergebäck 503
Ausgezogene Nudeln (Kirchweihnudeln) . . . 470
Ausgeſtochenes Käſegebäck 416
Ausſaat im Garten . . . 753
Auſtern, Vormerkg. Zubereitung . . . . 160—162
Auſtern, gebackene v. Z. 161
Auſtern, roh gegeſſen . . 161
Auſternfrikaſſee 162
Auſternfülle zu Geflügel v. Z. 224
Auſternragout 162

B

Babe (Schleſ.) 367
Backbleche und Formen . 468
Backen . . . . 467—522
Backfett, benütztes 76
Backhähnchen 208
Backobſtſuppe (Oſtpr.) . 348
Backpulverteig 482
Backregeln . . . . . 467—468
Backwerk, Gebäck aufbewahren 74
Badiſche Spezialgerichte 314—323
Bananen, gebacken in v. Z. 488
Bananen-Pfirſich-Kaltſchale 110
Bananen- u. Apfelſchaum 266
Bananenauflauf 444

Seite
Bananenrahm 585
Bananenſchaum mit Rahm 110
Barben 144
Barſch 144
Baſilikum, als Würze, Erläuterung 592
Basler Leckerle 505
Bauchſtecher 254
Bauchſtecherle 313
Bauernfrühſtück 268
Baumſtamm 491
Baveſen 486
Bayriſch-Kraut 244
Bayriſche Creme 453
Bayriſche Dampfnudeln . 470
Bayriſche Leberknödel . 200
Bayriſche Rüben 239
Bearnaiſe-Sauce v. Z. 115, 120
Bechamel-Pudding . . . 439
Bechamel-Soße 113
Beefſteak à la tartare . 409
Beefſteaks v. Z. . . . 174, 278
Beerenobſtwein-Rezepte 683
Behandlung der Nahrungsmittel . . . . 65—82
Beifuß, Erläuterung . . 593
Beilagen u. Vorſpeiſen (Wien) . . . . . . 390—392
Beizbraten (Fränk.) . . 325
Beizen für Fleiſch . 170, 177
Beizen für Wildbret . . 232
Bekömmlichkeit der Nahrung . . . . 44—53
Belegte Brote od. Sandwichs, Vormerkung 409, 410
Berliner Pfannkuchen . 473
Berliner Pfannkuchen m. Sojamehl 307
Bienenſtich v. Z. . 474, 475
Bierſuppe 107
Birkhahn 222
Birkhühner 221
Birnen, Haltbarm. . . . 643
Birnen, in Hefeteig (Hamb.) 333
Birnen, nach Helenenart 466
Birnenſuppe mit (Oſtpr.) 348
Birnkuchen 472
Biskuit m. v. Z. . . 457, 458
Biskuitauflauf 443

Seite
Biskuitgugelhupf 515
Biskuitroulade 480
Biskuitroulade m. Sojamehl 309
Biskuitteig 479
Black-Berry 533
Blätterteig, Vormerkg. . 129
Blätterteig, Grundrezept 129, 130
Blätterteig-Paſteten . . 132
Blätterteig m. Sojamehl 308
Blätterteig, ſüß 480
Blaue Zipfel (Fränk.) . 323
Blaufelchen auf Brüſſeler Art 148
Blaufelchen, gedämpft (Württ.) 376
Blaukraut, Rotkohl . . . 244
Blaukraut, Kraut rotes, Rohkoſt 549
Blitzſchneider „Univerſal" Abb. 102
Blumen im Haus und Garten . . . . . . 712—715
Blumenkohl (Erläuterg.) v. Z. 560, 561
Blumenkohl, Haltbarm. . 641
Blumenkohl, Rohkoſt . . 550
Blumenkohl auf Speck mit 204
Blumenkohl mit Käſe . . 298
Blumenkohl mit Pilzen . 272
Blumenkohl wird wieder weiß 78
Blumenkohlauflauf . . . 271
Blumenkohlgemüſe v. Z. . . . . 240—241
Blumenkohlſalat, v. Z. 261, 262, 561
Blumenkohlſuppe 101
Blutwurſt, gebacken . . . 202
Blutwurſt, gebrat. (Heſſ.) 343
Blutwurſt, ſelbſt herſtell. 702
Bodenbearbeitung des Gartens . . . . . . 737—742
Böhmiſche Dalken . . . 517
Böhmiſche Topfenknödel, v. Z. 433
Boeuf à la mode 325

Seite
Bohnen (Erläuterg.) . . 562
Bohnen, Haltbarmachen . 640
Bohnen-Birnen-Speck (Hamb.) 333
Bohnen, grün, Rohkoſt . 549
Bohnen, grüne mit, v. Z. 242, 243, 563
Bohnen, rote, getrocknet 564
Bohnenkraut, Pfeffererſ. 591
Bohnenſalat, gekocht . . 563
Bohnenſalat, v. Z. . . . 261
Bohnenſuppe, Klare v. Z. 106, 383
Bombenbereitung, Vormerkung 466
Boonekamp, ſelbſt herſt. 533
Boretſch-Gurkenkraut . . 592
Bouillabaiſe-Fiſchſuppe . 95
Bowlen, Vormerkg. . . . 529
Brandteig, v. Z. . . 293, 479
Braten, angebrannt, verſalzen 81
Braten im Schlafrock . . 202
Bratenreſtepudding . . . 283
Bratenſcheiben f. Appetitbrötchen 410
Bratenſoße, zu hell . . . 77
Brathering, marinierter . 156
Bratkartoffeln, v. Z. . . 254
Bratkartoffeln, ſ. z. knapp 82
Bratknödel in (ſchwäb.) . 312
Bratſtrudel (ſchwäb.) . . 313
Bratwürſtchen 202
Bratwürſte, Winke . . 78, 82
Bratwürſte, mit 323
Bratwurſt, ſelbſt herſt. . 702
Bratwurſtfülle z. Geflüg. 224
Braune Kräuterſoße . . 120
Braune Plätzchen (fränk.) 329
Braune Soße, v. Z. 119, 120, 545
Braune Speckſoße 119
Braunkohlgemüſe 235
Breite Nudeln 291
Brennſuppe 105
Brieschen, Allgem. v. Z. 197, 198
Brieschen, Kroketten . . 138
Brioſch 478
Brockelbohnen (Pfalz) . 346
Brombeerblättertee . . . 586

Seite
Brombeeren, Haltbarm. . 642
Brombeerſaft 676
Brötchen, belegte, Aufbewahrung 410
Brötchen mit Kräuterkäſe 415
Brot u. deſſen Behandlung 74, 77, 82
Brote, belegte od. Sandwichs 409, 410
Brotpudding mit (Hamb.) 333
Brotſuppe v. Z. 104, 105, 312
Brottorte v. Z. . . . 492, 521
Brottorte mit Sojamehl 309
Brunnenkreſſeſalat . 257, 258
Buchweizen, Erläuterung 574
Buchweizengrütze (Kaſcha) v. Z. 575, 581
Bulgarengulaſch 177
Bunte Platte mit verſchiedenen Zutaten . . . 403
Buntes Eintopfgericht . . 274
Burgunder-Punſch 527
Butter, aufbewahren . . . 426
Butter, auslaſſen 425
Butter, ranzige 79
Butter S 379, 503
Butter und Buttermiſchungen . . . . 411—412
Butterbrezeln 477
Buttergebäck v. Z. . 502, 503
Butterkeks 502
Butterklößchen, Nockerl . 98
Butterkuchen 471
Buttermilchgötzen (ſächſ.) 362
Buttermilchkaltſchale . . 108
Buttermilchplinſen (ſächſ.) 362
Buttermilchſpeiſe (Hamb.) 334
Butterſchmalz, Verwendg. 77
Butterſoße v. Z. 113, 115, 546
Butterſtengel 482
Butterwaffeln (Heſſen) . . 344
Butterzeug (fränk.) 330

C

Caramelcreme 447
Cardaunen, Rohkoſt . . . 547
Cardaunen au gratin . . 555
Champignon (Erläuterg.) v. Z. . . . 250, 251, 570, 571
Champignon- oder Steinpilzhaſchee 126
Champignon, wilde 571

Seite
Champignonſoße v. Z. 114, 546
Chaudeau, feine Weinſoße 458
Cherry-Brandy, ſelbſt herſtellen 533
Cheſter-Brötchen 415
Cheſterbutter 412
Chineſenreis, mit 297
Chriſtbaumkonfekt 507
Conſomme-Kraftbrühe . . 92
Creme auf engliſche Art . 454
Creme auf Hausfrauenart 453
Creme mit Schneeballen . 453
Creme von Äpfeln 454
Cremekrapfen 489
Cremeſchnitten 481
Cremeſoße zu Artiſchocken 247
Croquant-Ring-Torte . . . . 494—495
Cumberland-Soße 120
Curry-Huhn 211
Curry-Soße 116

D

Damenkaffee und Tee 620, 622
Dampfnudeln v. Z. . 323, 470
Dattelbrötchen mit 413
Dattelfeigen-Paſte . . . 508
Dattelgebäck 509
Dattelkuchen, verſchiedene Zubereitung . 457, 494, 581
Datteln, gefüllte 509
Dattelpralinen 509
Dauerwurſt, angeſchnitt. 77
Deutſche Beefſteaks 174
Diätetiſche Koſtformen . . 601
Diätetiſche Küchentechnik . . . . 600—601
Dill als Würze (Erläuterung) 592
Dillſoße 116
Diplomatencreme 452
Diplomatenpudding 440
Dörrobſt aufbewahren . . 72
Dorſch mit (Oſtpr.) 354
Dotterfänger „Gebra“ Abb. 123
Dralumaringe 87
Dreifrucht-Kaltſchale, v. Z. 109, 583
Dreifrucht-Marmelade, Sonderrezept 673
Dresden 356

Seite
Dresdner Mehlſpeiſe . . . 359
Dürre Hunde (Heſſen) . . 343
Dürrfleiſch 189
Dukatenbuchterl 517
Dunſtobſt, Haltbarmachung . . . . . . 655—656

E

Eibutter 411
Eier, Erläuterung 577
Eier, aufbewahren . 708—710
Eier auf franzöſiſche Art 578
Eier auf Huſarenart . . . 406
Eier auf italieniſche Art 124
Eier auf Vorrat . . 708—710
Eier, erfrorene 80
Eier für kalte Platten, v. Z. 401
Eier, gebacken u. gefüllt, v. Z. 578
Eier, gefüllte, v. Z. . 127, 577
Eier, geſulzte, mit 128
Eier, hart gekocht . . 122, 611
Eier im Becher 124
Eier im Schlafrock 127
Eier mariniert, gefüllt . . 611
Eier mit Tomaten 124
Eier nach Bettelmannart 578
Eier nach Königinart . . . 125
Eier nach Lothringer Art 125
Eier ſparen 80
Eier ſpringen nicht 77
Eier, verlorene 578
Eier, wachsweich . . 122, 577
Eierbelag für Appetitbrötchen 410
Eierbrötchen, v. Z. 128, 414
Eierfrüchte, Rohkoſt . . . 547
Eierfrüchte in der fleiſchloſen Küche, v. Z. 552—553
Eierhaber (Kratzete) . . . 317
Eierkaffee 534
Eierkognak (Wien) 396
Eierkuchen, gefüllt, v. Z. 125—127, 280
Eierkuchen werden locker und hoch 78
Eiermuſcheln 125
Eieromelette 578
Eierpaſtetchen 135
Eierpfannkuchen (Heſſen) 341
Eierpunſch 529

Seite
Eierragout 126
Eierſalat 127
Eierſchecke (ſächſ.) 361
Eierſchokolade 534
Eierſoße 117
Eierſpeiſen (Vormerkung) 121—128
Eierſtich 98
Eierteiler „Gebra“, Abb. 128
Einback 472
Eindoſen (Erläuterung) 694—696
  Wurſt, Fleiſch 704—706
Eingelegte Maränen (Oſtpr.) 353
Eingelegte Roſtbraten (Wien) 389
Eingemachte Suppen von Sojamehl 305
Eingemachtes Kalbfleiſch, v. Z. (Wien) 181, 386
Eingeweide (Vormerkg.) 196
Einlagen zu Suppen (Wien) 97, 380—382
Einlaufſuppe 97
Einmachen, Konſervieren, Haltbarmachen 631—710
Eintopfgerichte und Zuſpeiſen 267—274
Eisaufläufe 463
Eisbereitung (Vormerkg.) 462
Eisbouillon 92
Eiſerkuchen (Weſtf.) 374
Eisgetränke 533—534
Eiskaffee, v. Z. 525, 536
Eistorte 464
Eiweißſtoffe d. Nahrung 6
Eliſenlebkuchen, v. Z. 330, 505
Endivien- oder Schikoreegemüſe, v. Z. 237
Endivienſalat 257
Endivienſalat, Rohkoſt 551
Endivienſuppe 101
Engliſche Kuchen, kleine 457
Engliſcher Kuchen 482
Ente (Allgem. v. Z.) 215—216
Erbſe, Querſchnitt Abb. 42
Erbſen, Haltbarmachung 638
Erbſen-Konſerven 566
Erbſen, grüne, mit 566
Erbſenbrei 247

Seite
Erbſenſuppe, v. Z. 101, 106
Erbſenſuppe mit (Weſtf.) 371
Erdbeer-Bananencreme 585
Erdbeerbowle 530
Erdbeer-Buttercremetorte 499
Erdbeereis 465
Erdbeereiscreme 584
Erdbeerkaltſchale, v. Z. 108, 449, 583
Erdbeerkrapferl 489
Erdbeermarmelade 636
Erdbeerſaft 636
Erdbeertorte 490
Erdbeeren, Haltb. 636—637
Erdbeeren auf amerikan. Art 265
Erdbeeren (Sonderrezept) 660
Ernährung f. Kranke 597—608
Ernährungsgrundſätze für Kranke 608
Ernährungslehre — Mazdaznan 607—608
Eſſig aufbewahren 79
Eſſigfrüchte und -gemüſe (Erläuterung) 665
Eſſigfrüchte und -gemüſe Tabelle 668
Eſſiggurken, Haltbarm., Sonderrezept 667
Eſſigſud, Grundrezept 665, 666
Eſſigzuckerzwetſchgen, Sonderrezept 666
Eſterhazygulaſch 176
Eſterhazyroſtbraten 612
Eſtragon als Würze (Erläuterung) 592
Eſtragoneſſig 596

F

Fachausdrücke in d. Küche 83—85
Fadennudel-Pudding 441
Falleier, v. Z. 123, 124
Falſche Hühnerſuppe 94
Falſche Morcheln 282
Falſche Schildkröteneier 99
Falſche Schildkrötenſuppe 96
Falſche Trüffeln 511
Falſcher Gänſebraten im 203
Falſcher Haſe (ſächſ.) 356

Seite
Falſcher Salm v. Kalbsſchlegel 420
Falſches Butterbrot 507
Familienfrühſtück 619
Farferl-Milchſpätzle 295
Faſan, v. Z. 222
Faſchieren 84
Faſchingskrapfen, v. Z. 473
Faſtnachtsküchlein (Württ.) 377
Feiner geſtürzter Reis 448
Feinſchmecker-Eisauflauf 464
Felchen, v. Z. 148
Feldhuhn, Vormerkung, v. Z. 220—221
Feldſalat 257, 258
Fenchel, Erläuterg., v. Z. 568
Fenchel, Rohkoſt 549
Fenſter- u. Balkonkäſten 725—727
Feſteſſen, Erläuterung, Ausſchmückung 621—622
Feſtlicher Fruchtſalat 266
Feſttagskuchen (Schleſ.) 366
Fett, auslaſſen, auf Vorrat 72, 425—426, 706—707
Fettmiſchungen 423
Fettſoße, Duckefett (Heſſ.) 343
Fettſucht, Speiſenplan gegen 628
Fettabelle 8
Fettverwendung, Erläut. 422—425
Filet auf dem Roſt gebraten 173
Filet mit Madeiraſoße 172
Filet, umlegt 172
Filet Wellington 173
Filetbraten 172
Filetbraten, gefüllter 173
Filetbraten, kalter 403
Filetbratenſtück 203
Filetpaſtete 131
Filetreis - Pilaff 174
Fingerle (Baden) 317
Finochi-Fenchel, v. Z. 549, 568
Fiſchauflauf, v. Z. 159, 320, 334
Fiſchbeuſchelſuppe (Wien) 383
Fiſch- und Fleiſchſpeiſen (Wien) 383—390

Seite
Fiſche, Erläuterung, Markttafel . . . . 139—141
Fiſche, Vormerkung, Zubereitung 142, 143
Fiſche, kochen in der Tüte · 143
Fiſche, zerlegen, anrichten 615
Fiſchfilet, v. Z. 157—158, 334
Fiſchfrikaſſee 160
Fiſchgemüſe - Stew. . . . 273
Fiſchgulaſch, v. Z. 158
Fiſchklößchen (Schwäb.) . 312
Fiſchklöße, v. Z. 159, 160, 332
Fiſchklöße oder Frikandellen 160
Fiſchkonſerven 68
Fiſchkroketten 138
Fiſchmayonnaiſe, Reſteverwertung 401
Fiſchmuſcheln, v. Z. 134, 159, 320
Fiſchpudding, v. Z. . 159, 283
Fiſchragout, franz. 158
Fiſchreſte mit, v. Z. 283—284
Fiſchſalat, v. Z. 264—265, 278, 400
Fiſchſchnitten (Baden) . . 321
Fiſchſoße 113
Fiſchſpeiſe (Schwed.) . . 159
Fiſchſulze, v. Z. 421
Fiſchſuppe, v. Z. 95, 332
Flädleinſuppe (Württ.) . 98
Flageolet, Erl., v. Z. . . 564
Flappenkraut (Pfalz) . . 346
Flaumbiskuits, Avanthe . 457
Fleiſch, Erläuterung, Markttafel 167
Fleiſch, friſch geſchlachtetes, zähes 81
Fleiſch, mit Zuſatz von rohen Zwiebeln 590
Fleiſch richtig aufbewahren . . . . . . 65—68
Fleiſch, ſteriliſieren 694
Fleiſch, zur Vorratsbereitung 648
Fleiſchauflauf, v. Z. . . . 280
Fleiſchbrühe, Grundrezept 92
Fleiſchfülle zu Geflügelrolle 211
Fleiſchglacé 93

Seite
Fleiſchhühner, gefüllt, geſpickt, v. Z. 211
Fleiſchkäſe von Wild . . . 231
Fleiſchkartoffeln 282
Fleiſchklößchen, Reſtverwertung 312
Fleiſchkonſerven 68
Fleiſchkroketten 282
Fleiſchloſe Küche, Erläuterung . . . 539—541
Fleiſchloſer Speiſezettel für Maſtkuren . . 626—627
Fleiſchloſer Wochenſpeiſezettel . . . . 625—626
Fleiſchmus oder Haſchee . 279
Fleiſchpaſtete, v. Z. . 334, 408
Fleiſchpfannkuchen, v. Z. 137, 280, 333
Fleiſchpfannkuchenauflauf 281
Fleiſchpflanzel, Reſteverwertung 280
Fleiſchplatte, kalt 404
Fleiſchpudding, v. Z. 268, 334
Fleiſchreſten, Vorſicht bei 67
Fleiſchreſtenreis 294
Fleiſchreſteverwertung (Baden) 320
Fleiſchſalat, v. Z. . 264, 283
Fleiſchſtrudel, v. Z. 281
Fleiſchſulz-Gelee, Vormerkg., Grundrez. 416—419
Fleiſchſuppen, Allgem. 90, 91, 94
Fleiſch- und Fiſchſpeiſen (Wien) . . . . . . 383—390
Fliederbeerſuppe (Hamb.) 332
Flundern, gekocht . . 154, 155
Forellen, Allgemeines, v. Z. 147, 148
Forellen in Aſpik 408
Fränkiſche Spezialgerichte 323—331
Frankfurter Bethmännchen, v. Z. 339
Frankfurter Brente, v. Z. 340, 505
Frankfurter Roulade . . . 335
Frankfurter Würſtchen, mit 337
Franzöſiſche Soße 115
Franzöſiſcher Salat . . . 406

Seite
Frikandellen, Reſteverwertung 280
Frikaſſee, anrichten 614
Frikaſſeeſoße, v. Z. . 115, 286
Froſchkeulen 166
Froſchſchenkel, v. Z. 165—166
Früchte, anrichten . . 615—616
Früchte, getrocknete, Erläuterung 584
Früchte, in Alkohol 669
Früchte, in Eis 465
Früchte, konſervieren, zuckerlos 665
Früchte, Reifezuſtand der 677
Früchte, ſteriliſieren . . . 657
Früchtebrot, v. Z. . 509, 510
Früchtenauflauf 447
Früchten-Kaltſchalen v. Z. . . . . 108—110
Früchteſoßen, v. Z. 583
Frühlingsbrötchen 414
Frühlingseier in Sulz . . 128
Frühlingsmus 235
Frühlingsſuppe v. Sojamehl 305
Frühſtücksſuppen von . . . 296
Fruchtbombe, Reſteverwertung 466
Fruchteis, Erläut., Zub. 462, 465, 584
Fruchteisauflauf 463
Fruchteſſig herſtellen . . . 681
Fruchtgelee, Erläuterung 585
Fruchtkugeln 508
Fruchtmark, Erläuterung 670
Fruchtmus, Erläuterung, Grundrezept . . . . 671—672
Fruchtſäfte, aufbewahren. 681
Fruchtſaft, Süßmoſt, Erläuterung . . . 676—677
Fruchtſaftgewinnung, Haltbarmachung . 677—681
Fruchtſalat, v. Z. . . 266, 584
Fruchtſchnitten, von Kirſchen 456
Fruchtſoße 459
Fruchtſülze 277
Fruchttörtchen 456
Frutapekt 673
Füllen des Geflügels . . . 223
Fürſt-Pückler-Eis 466

Seite

G

Gabelfrühſtücksplatte . . . 408
Gänſe-Schwarz-Weißauer (Oſtpr.) 351
Gänſebraten, falſcher . . . 203
Gänſefett, auslaſſen, v. Z. 352, 426
Gänſefutter (Weſtf.) . . . 372
Gänſehals, gefüllter . . . 219
Gänſeklein, v. Z. . . 220, 351
Gänſeleber, gedünſtet (Oſtpr.) 352
Gänſeleber, geſpickt 219
Gänſeleber in Sulz 419
Gänſeleberpaſtete 130
Gänſeleberwurſt (Oſtpr.) . 352
Gänſemagen als Brotaufſtrich (Oſtpr.) 352
Gänſepfeffer, v. Z. 220
Gärgefäße 682
Gärgemüſe, Erläuterung, Haltbarmachung 669
Gans, vorrichten 216
Gans, gebraten, v. Z. . . 217
Gans, gedünſtet 218
Gans, gekocht 218
Gans, geſulzt 219
Gans, junge, gebraten 217, 218
Gans mit verſchiedenen Füllen . . . . 217—219
Gansjung, v. Z. 220
Garnieren, Verzieren, Umlegen . . . . . . 609—622
Garnierung, Verzieren, Umlegen, zu Salaten . . 407
Garnierung zu verſchiedenen Broten . . . . 412—414
Garten-Kultur . . . 711—781
— als erweiterte Wohnung 727
— Blumen und Pflanzen im Haus . . . . . 712—715
— Bodenbearbeitg. 737—742
— Ernte im Herbſt 767
— Frühbeete, freigeword. 765
— Gehölze . . . . . . 742—747
— Gemüſe ernten im . . . 767
— Gemüſepflanzzeit . . . 765
— Geräte, Abb. 777, 778
— Geſtaltung 728, 758
— Grundriß 731
— Heimgarten 774
— Klima und Lage . 734—737
— Kompoſtanlage . . 739—740
— Küchenkräuter im . . . 764
— Nutzgarten . . . . 757—767
— Obſtbaumpflege im 767—771
— Obſternte im 768
— Pflege des Beerenobſtes . . . . 772—773
— Pflege der Pflanzen . 766
— Pflege der Sämlinge 762, 763
— Raſen im . . . . . 755—757
— Rigolen, Abb. 737
— Sommerblumen im . . . . 752—755
— Spalierobſt im 771
— Stauden . . . . . 748—750
— Steingarten . . . 750—752
— Trockenmauer . . 750—752
— Unkraut im 766
— Vogelſchutz im 771
— Wochenend 774
— Ziergarten 742
Gartenarbeit nach der Beſtellung 766
Gartenarbeitskalender 779—781
Gartenarbeitstechnik und Geräte . . . . . . 774—779
Gartenausſaat 753
Gartenerdbeeren, Erläut. 582
Gartenerdbeeren, Haltbarmachung . . . . 636—637
Gebäck, aufbewahren . . . 74
Gebackene Gemüſe 552
Gebackene Hollunderdolden 486
Gebackene Leber (Wien) . 385
Gebackene Mäuſe 487
Gebackene Maiſchnitten 296
Gebackene Mehlerbſen (Suppeneinlage) 99
Gebackene Peterſilie . . . 272
Gebackene Pfirſiche . . . 486
Gebackene S 502
Gebackene Semmelſchnitten . . . . . . 486—487
Gebackene Schinkenfleckerl (Wien) 389
Gebackene Schinkenſcheiben 276
Gebackene Zwetſchgen . . 486
Gebackener Seefiſch (Wien) 388
Gebackener Schinken (Pfalz) 346
Gebackenes Rindfleiſch mit 279
Gebackenes Suppenfleiſch 279
Gebrannte Einlaufſuppe . 105
Gebrannte Mehlſuppe v. Z. 105, 318
Gebratene Blutwurſt (Heſſen) 343
Gebratene Strömlinge (Oſtpr.) 353
Gebratener Seefiſch mit Sardellenbutter (Wien) 388
Gebundene Suppen . . . 103
Gedünſtete Leber 595
Gedünſtete Seefiſche . . . 152
Geflügel, Vormerkung, Markttafel 205, 206
Geflügel, kalt, glaſiert . . 404
Geflügel oder Fleiſch in Sulz 421
Geflügel, Vorbereitung zum 206
Geflügel, zerlegen . 207, 614
Geflügelfüllen, verſchied. 223—225
Geflügelhaltung . . 783—790
Geflügel, Auswahl der Raſſen 783
Geflügel, Brut und Aufzucht . . . . 786—788
Geflügel, Fütterung und Haltung . . . . . . 788—790
Geflügel, Krankheiten . . 790
Geflügel, Stall, zweckmäßiger . . . . . . 784—786
Geflügelkroketten (Reſteverwertung) 137
Geflügelleber zerlegen anrichten 614
Geflügelrolle v. 1 Huhn . 210
Gefrorenes bereiten . . . 462
Gefüllte Äpfel 275
Gefüllte, gerollte Roſtbraten (Wien) 384

Seite
Gefüllte Gurke 277
Gefüllte Kälberfüße (Heſſen) 336
Gefüllte Kartoffeln (Baden) 316
Gefüllte Melone 265
Gefüllte Pfannkuchen . . 281
Gefüllte Tomaten, v. Z. 135, 321
Gefüllter falſcher Haſe (Hamb.) 335
Gefülltes Netz 268
Geißle (fränk.) 325
Geißlein, gebraten 195
Gekröſe-Suppe (Oſtpr.) . 347
Gelbe Rüben, v. Z. 238, 239, 345
Gelbe Rübenſuppe 101
Gelee, Grundrezept 674, 675
Gelee, aufbewahren, einkochen 71, 77
Gelee, roh gerührtes . . . 675
Gelee, Sulze, Erläut. . . 674
Geliermittel, Verwendung von 672
Gemiſchter Salat 263
Gemüſe, Vormerkung, Markttafel 233, 234
Gemüſe, angebrannt, erfroren 81
Gemüſe, Aufbewahrung . . . . 688—691
Gemüſe, deren Verwendung in der fleiſchloſen Küche . . . . 551—552
Gemüſe, dörren (trocknen) 665
Gemüſe, Pflanzzeit im Garten 765
Gemüſe, ſchön grün . . . 80
Gemüſe von Puffbohnen (Thür.) 369
Gemüſeeinkauf, z. Haltbarm., Erläut. . . . 684—687
Gemüſeernten im Garten 767
Gemüſeragout 569
Gemüſeſalat 262
Gemüſeſchnitzel, mit . . . 204
Gemüſeſerviettenknödel (Wien) 390
Gemüſeſuppen, Vormerkung, v. Z. 100, 101
Genueſer Torte 520

Seite
Georgettekartoffeln 253
Geräucherte Maränen (Oſtpr.) 351
Geräucherte Zunge 196
Gerichte für das kalte Büfett, Vormerkung . . 404
Geriebene Teigſuppe . . . 97
Geriebener Kartoffelſalat (Württ.) 377
Geröſtete Leber (Wien) . 385
Gerſon, Sauerbruchdiät . 607
Gerſte, Erläuterung, Zubereitung 576
Gerſtenſuppe 104
Geſchmorte Kohlrollen (Oſtpr.) 350
Geſundheitskuchen 482
Geſundheitskuchen mit Sojamehl 309
Getränke, Alkoholfreie 523—527
Getränke, Alkoholiſche 527—533
Getränke, Erläuterung . 585
Getränke von Fruchtzucker 537
Getränke, zum Eſſen . . . 616
Getrocknete Früchte 584
Gewichte der Küche . . . 85
Gewürz ſchmeckt vor . . . 82
Gewürzbrötchen 501
Gewürzmarzipan 502
Gewürze 38
Gewürze zur fleiſchloſen Küche 543
Gichtiger-Koſtverordnung 604
Glaſieren 83
Glaſur, weiß 505
Glühwein, v. Z. 528
Götterſpeiſe 466
Goldwürfel-Suppeneinlage 99
Gollaſchſuppe (Wien) . . 382
Graue Erbſen mit Speck (Oſtpr.) 349
Graue Grütze (Weſtf.) . . 371
Graue Weiber mit Speck (Weſtf.) 371
Grieben-Kartoffeln (Oſtpr.) 350
Grießauflauf 444
Grießbrei 287
Grießklößchen (Nockerl) als Suppeneinlage . . . 98
Grießklöße, mit, v. Z. 296, 333

Seite
Grießknödel, v. Z. 287
Grießmakronen 500
Grießnockerlſuppe (Wien) v. Z. 98, 380
Grießnudeln 518
Grießpudding 439
Grießpudding mit Sojamehl 310
Grießſchmarrn, v. Z. 293, 435
Grießſchöberlſuppe (Wien) 381
Grießſtrudel 428
Grießſuppe, v. Z. . . 104, 105
Grog 529
Große Bohnen mit Speck (Weſtf.) 371
Grüne Bohnen mit Schinken 204
Grüne Bohnen, vegetar. . 549
Grüne Bohnen und Heringe (Weſtf.) 373
Grüne Erbſen, v. Z. . . . 238
Grüne Heringe 155
Grüne Krapfen für Suppen 312
Grüne Pfannkuchen (Heſſen) 345
Grüner Salat 551
Grüner Salat mit Sahnenſoße (Oſtpr.) . . 351
Grünkernmehlſuppe 104
Grünkernſuppe (Baden) v. Z. 316
Grünkohl mit Mettwurſt (Weſtf.) 371
Grünkohl mit Speck (Hamb.) 335
Grünkohlgemüſe 235
Grundlagen f. d. Praxis der Ernährung 1
Grundriß eines Gartens . 371
Grundſoßen, braune, weiße 113, 119
Gugelhupf, v. Z. . . 515, 516
Gulaſch eindoſen 705
Gulaſch in Kartoffelteig . 176
Gulaſch mit, v. Z. 175, 176, 595
Gulaſch, verſchiedene Zubereitung . . . . 174—176
Gulaſchknödel 176
Gulyas, Wildgollaſch (Wien) 385

Seite
Gurke, Erläuterung, v. Z. 567—568
Gurke, Rohkoſt, v. Z. . . 549
Gurken, gefüllt 568
Gurken, Haltbarm. 643
Gurken-Sandwichs 414
Gurkengemüſe, v. Z. 246, 567
Gurkenſalat 258
Gurkenſchiffchen 401
Gurkenſoße, v. Z. . . 118, 120

H

Hackbraten, v. Z. 82, 191, 203
Hackbraten, mit Sojamehl 306
Hähnchen, gebraten, gefülltes, v. Z. 208
Hafer, Erläuterung . . . 576
Haferflocken 576
Haferflockenröllchen (Wien) 389
Haferflockenſuppe (Wien) 382
Haferküchlein (Baden) . . 319
Haferplätzchen 501
Haferſpeiſe (Baden) . . . 319
Haferſpeiſe mit Sojamehl 310
Hafergrütze 576
Hafermehlſuppe 104
Hagebutten, Haltbarmach. 644
Hagebuttenlimonade . . . 586
Hagebuttenmakronen . . . 500
Hagebuttenmarmelade, Sonderrezept 573
Hagebuttenſoße 458
Hagebuttentee 586
Hagebuttenwein 684
Hahnenragout, v. Z. . . . 209
Halbblätterteig 130
Halbgefrorenes, Sorbets, Erläuterung . . . 462, 463
Haltbarmachung, Vorratsbereitung . . . 631—710
Hamburger Aalſuppe mit 332
Hamburger Spezialgerichte . . . . . . 332—335
Hammelbraten, v. Z. 192, 193
Hammelbruſt, gefüllt . . . 195
Hammelfleiſch, Fleiſchteile, Vormerkung . . . 191
Hammelfleiſch, gekocht, gedämpft 192, 193

Seite
Hammelfleiſch m. Gemüſe (Irish-stew) 194
Hammelfleiſch, nach Pariſer Art 194
Hammelfleiſch, wie Reh zubereitet 193
Hammelfrikaſſee 194
Hammelhals mit Gurken (Heſſen) 335
Hammelkoteletten, v. Z. . 194
Hammelrücken, gerollt, v. Z. 193
Hammelſchlegel, v. Z. 192, 204
Hammelſchnitten mit Kräuterſoße 275
Handgriffe und Kniffe beim Kochen 76, 82
Haſchee mit Kaſtanien . . 239
Haſchee, Reſteverwertung 279
Haſe, Allgemeines, v. Z. 229, 230
Haſelnußbutter 545
Haſelnußcreme 451
Haſelnußeis 465
Haſelnußkranz 475
Haſelnußmakronen 500
Haſelnußſchnitten 500
Haſelnußtorte, v. Z. . . . 493
Haſenbraten, v. Z. . 229—230
Haſenohren, v. Z. 487
Haſenpfeffer (Ragout) . . 230
Haſenrücken, umlegt . . . 408
Hausgeflügel . . . . 206—220
Hausmannstorte 491
Hausſchlachten, Erläuterung . . . . 696—701
Hausſchlachten, Aufbewahrung von Fleiſch und Wurſt 706
Hausſchlachten, Eindoſen 704—706
Hausſchlachten, Pökeln 700—701
Hausſchlachten, Räuchern 701
Hausſchlachten, Verwertung d. Schweines 697—698
Hausſchlachten, Vorbereitung z. Schlachttag 699—700
Hausſchlachten, Wurſtbereitung, Regeln und Rezepte . . . . . . 701—704
Havannatorte 493

Seite
Hecht und Zander, Erl. . 145
Hecht oder Zander, gekocht, gedämpft, gefüllt, v. Z. 146
Hechtſchnitten, überbacken 146
Hefebackwerk, Grundregeln und Zub. 468
Hefebackwerk, Grundrezept 469
Hefeblätterteig 476
Hefeknödel 290
Hefekranz, -zopf 470
Hefenkranz (Württ.) . . . 378
Hefeſchnitten 344
Hefeſchupfnudeln, v. Z. 256, 469
Hefeteig, abgerührter — Grundrezept 471
Hefeteig, kalt geſtellter, mit . . . . 429—430
Hefewaffeln, v. Z. . 344, 485
Heidelbeercreme 447
Heidelbeeren, Erläut. . . 582
Heidelbeeren, Haltbarm. 639—640
Heidelbeeren mit Zucker und Rahm 110
Heidelbeerlikör 533
Heidelbeernockerl 436
Heidelbeerſaft 677
Heilbutt, v. Z. . . . 154, 155
Heimgarten 774
Heringe, eingelegte grüne 157
Heringe für kalte Platten 400
Heringe, gebraten 156
Heringe, gekocht 157
Heringe in Gelee 157
Heringe, mariniert 400
Heringe zur Garnierung 400
Heringskartoffeln 156
Heringsſalat, v. Z. 264, 368
Heringsſoße 114
Herrenkonfekt (Pfalz) . . 347
Herrnhuter Mehlſpeiſe . 360
Herz, gefüllt 198
Herzkranke, Koſtverordnung für 605
Herzoginnenauflauf . . . 444
Heſſiſche Plunderbrezeln 338
Heſſiſche Sauerkrautſuppe 337
Heſſiſche Spezialgerichte . . . . . . 335—345
Heſſiſcher Speckkuchen . . 337

Seite
Hilda-Törtchen 478
Himbeerbowle 530
Himbeerkaltſchale . 108, 109
Himbeerſchokoladenmilch 537
Himbeere, Erläuterung . 582
Himbeeren, Haltbarm. . 638
Himmel und Erde mit (Weſtf.) 372
Hirn, gebacken 138
Hirn nach Jägerart 138
Hirnkroketten 138
Hirnſchnitten 138
Hirnſuppe 95
Hirſchbraten 228
Hirſchkeule 228
Hirſchkoteletten 227
Hirſchragout 229, 230
Hirſe Erläut., Zubereit. 575
Hirſe mit Schweinefleiſch (Schleſ.) 365
Hirſebrei (ſächſ.) 358
Hirſeklöße mit Sojamehl 306
Hirſewürſtel 581
Hochzeitstorte 490
Högenmakronen (Württ.) 379
Hörnchen 471
Hohlpaſtete 132
Holländiſche Soße, v. Z. 115, 546
Holunder, Haltbarm. . . 645
Holunderſaft 677
Holzhackerſchmarrn 435
Homöopathiſcher Kaffee . 526
Honigkuchen 510
Honigmilch, kalt 537
Hopfenkeimſalat 262
Hopfenſproſſen (Rohk.) . 551
Hors d'oevre-Platte . . 402
Hühner, gefüllt, geſpickt . 211
Hühnerfrikaſſe, v. Z. . . 209
Hühnerplatte, v. Z. 407
Hühnerragout 209
Hühnerſuppe 94
Hühnertörtchen 405
Hülſenfrüchte aufbew. . . 26
Huhn-Curry 211
Huhn, geſchmort 210
Huhn mit Reis 212
Huhn, zähes 31
Huhn u. Mandelbrötchen 413
Hummer, Vormerk., Zubereitung 162, 163

Seite
Hummer auf amerik. Art 163
Hummer in Madeira . . 163
Hummer nach ſeiner Art 163
Hummer nach Vanderbilt 163
Hummer und Krebſe anrichten 615
Hummerplatte 402
Hummerſalat 406

J

Igel 430
Indian, Allg., v. Z. 212, 213
Indiſcher Reis 574
Indiſcher Salat 407
Ingwer-Likör 533
Ingwer-Milch, v. Z. ... 538
Irish stew 194
Iſchler Gebäck 478
Italieniſche Zwiebeleier . 273
Italieniſcher Salat ... 406
Jägereſſen (Weſtf.) ... 371
Jägerfrühſtück (Weſtf.) . 373
Jägergurken, Sonderrez. 664
Jägerpunſch 529
Jägertopf 273
Johannisbeer-Kaltſchale 109
Johannisbeeren, Haltbarmach. ... 637, 638
Johannisbeergelee, Sonderrezept 675
Johannisbeeren-Marmelade, roh gerührt, Grundrezept 673
Johannisbeerſaft 677
Johannisbeertopfen ... 639
Johannisbeerwein 684
Julienne (Gemüſeſuppe) . 101
Junge Rübchen, gedämpft 555
Junger Mais in Kolben 575

K

Kabeljau, v. Z. . 150, 151, 152
Kabinettſpeiſe mit Kaſtanien 449
Kachelkuchen (Heſſen) ... 344
Kälberfüße, gefüllte (Heſſen) 336
Käſe als Brotaufſtrich . . 297
Käſe, aufbewahren 74, 79, 81
Käſe, gebackener 300
Käſeauflauf 299

Seite
Käſebrötchen mit, v. Z. 413, 415
Käſebutter 411
Käſeflädle 299
Käſegebäck 416
Käſekeks 415
Käſekrapfen 300
Käſekuchen, v. Z. . . 367, 477
Käſemuſcheln 134
Käſeomelette 299
Käſepaſtetchen 134
Käſeplatte, v. Z. 300, 408, 409
Käſeplatz (fränk.) 329
Käſepüree mit 302
Käſepudding 299
Käſereis 298
Käſeröllchen 415
Käſeſalat 300
Käſeſchnitten 298
Käſeſchnitzel 184
Käſeſoufflé 137
Käſeſpätzle (ſchwäb.) . . . 314
Käſeſpeiſe mit verſchied. Zutaten 301, 302
Käſeſtangen, v. Z. 415
Käſeſuppe (Wien) 382
Käſeſuppen, v. Z. 297
Käſetörtchen, v. Z. 416
Käſetorte mit Biskuitguß 492
Käſetorte von Hartkäſe . 299
Kaffee, Vormerkung, Sorten, Zub. 523, 524
Kaffee auf indiſche, ruſſiſche, türkiſche Art ... 525
Kaffee Flip 534
Kaffee, kalt bereitet 525
Kaffee wird viel ausgiebiger 77
Kaffee zu Feſtlichkeiten, v. Z. 524
Kaffeearoma verſtärken . . 80
Kaffeecreme 452
Kaffee-Eſſenz (Wien) 396, 524
Kaffeeküchle (Württ.) ... 378
Kaffeelikör 532
Kaffeeſurrogate 523
Kaiſergugelhupf 516
Kaiſerkoteletten 280
Kaiſerſchmarrn (Wien) 393, 433
Kaiſerſchnitzel 612
Kaiſertorte 522

Seite
Kakao, Zubereitung . . . 527
Kalbfleiſch, Vormerkung und Fleiſchteile . 178, 179
Kalbfleiſch, braun 182
Kalbfleiſch, eingemachtes, v. Z. (Wien) . . . 181, 386
Kalbfleiſch, geſchnitzelt . . 185
Kalbfleiſch, nach Stuttgarter Art 375
Kalbfleiſchbrühe 92
Kalbfleiſchfülle 223
Kalbsbeuſchel, Wiener . 386
Kalbsbraten, zubereiten . 179
Kalbsbraten, Polniſcher . 180
Kalbsbrieſchenſuppe . . . 95
Kalbsbruſt, v. Z. 181
Kalbsfüße, gebacken 185
Kalbsgekröſe, v. Z. 201, 325
Kalbshaxe, abgebräunt . . 184
Kalbshaxe, gebraten . . . 184
Kalbsherz, v. Z. 198
Kalbshirn, geſotten 198
Kalbskopf, gebacken, Ragout 182
Kalbskopf, zerlegen, anrichten 614
Kalbskopfſalat 407
Kalbskopfſulz 420
Kalbskoteletten, v. Z. . . 183
Kalbsleber, v. Z. 199
Kalbsleberpudding 199
Kalbsnierenbraten, v. Z. 180, 202, 203
Kalbsrolle, v. Z. . . 180, 183
Kalbsrouladen 182
Kalbsrücken 180
Kalbsſchlegel, v. Z. 179, 185
Kalbsſchnitzel 184
Kalbsvögel (Roulade) . 182
Kalbszunge, gebacken, gekocht 197
Kalorienbedarf d. Menſchen . . . . 17—18
Kalte Ente 530
Kalte Küche, Vormerkung und Zubereitung 399—421
Kalte Obſtſuppen (Oſtpr.) 348
Kalte Platten anrichten . . . . . . 617—618
Kalte Reisſpeiſe 276
Seite
Kalte Soßen i. d. fleiſchloſen Küche 545
Kaltes Büfett bei Feſtlichkeiten . . . . . 621—622
Kaltſchale v. Buttermilch 108
Kaltſchale von gemiſchten Früchten, v. Z. 109
Kaltſchalen u. deren Zubereitung . . . . . 108—110
Kaltſchalen, Winke für deren Bereitung 110
Kamillentee 586
Kaninchen, gebraten . . . 196
Kaninchenzucht . . . 797—799
Kapaun u. Poularde, Erläuterung, v. Z. 212
Kapernſoße, v. Z. 113, 120, 284
Kapuzinerkoch 442
Karamel-Creme 447
Karamel-Eis 464
Karamel-Soße 459
Karlsbader Brezeln . . . 478
Karlsbader Brötchen . . 414
Karolinentopf 273
Karotten (Haltbarm.) . . 638
Karotten à la Poulette . 272
Karotten mit Schlagrahm 548
Karotten mit Spargel . . 238
Karotten, Rohkoſt, v. Z. 547, 548
Karotten, Savory 272
Karottenauflauf 271
Karottengemüſe, v. Z. . 556
Karpfen, Schleie oder Barben, v. Z. . . . 144—145
Karpfen (fränkiſch) . . . 326
Karthäuſer-Likör 533
Karthäuſerklöße (Württ.) 377
Kartoffelaufbewahrung 692—693
Kartoffelauflauf, v. Z. . . 256
Kartoffelbällchen 610
Kartoffelbiskuit 256
Kartoffelbrei, v. Z. 255, 342
Kartoffelbreiſuppe (Wien) 382
Kartoffelfleiſchknödel (Wien) 391
Kartoffelfrikandellen . . . 283
Kartoffelfülle z. Geflügel 225
Kartoffelgemüſe, v. Z., 255, 573
Kartoffelgollaſch (Wien) 391
Kartoffelgugelhupf . . . 516
Seite
Kartoffelhörnle 610
Kartoffelklöße v. Z. . . 288—290, 333, 349
Kartoffelknödel 288
Kartoffelknödel mit Sojamehl 307
Kartoffelkrapfen 610
Kartoffelkroketten 256
Kartoffelkugeln 256
Kartoffeln, Erläut. 252, 572
Kartoffeln, aufbewahren, erfrorene . . . . . . 70—71
Kartoffeln, à la maitre d'hotel 572
Kartoffeln, au gratin, v. Z. 573, 574
Kartoffeln, auf gelbe Rübenart 609
Kartoffeln, ausgeſtochene 253
Kartoffeln, gebacken, v. Z. 298, 572
Kartoffeln, gefüllte . . . 610
Kartoffeln, geröſtet . . . 254
Kartoffeln, im Schlafrock 253
Kartoffeln, in der Schale 252
Kartoffeln, in weißer Soße 572
Kartoffeln, nach Pfälzer Art 346
Kartoffeln, roh gebraten 253
Kartoffeln, ſaure 255
Kartoffelnudeln (Wien) 254, 390
Kartoffelpfanne (Thür.) . 368
Kartoffelpfannkuchen, v. Z. 253, 307, 334
Kartoffelpudding 254
Kartoffelpudding mit Sojamehl 310
Kartoffelpuffer, -Pfannkuchen 253
Kartoffelpuffer mit Sojamehl 307
Kartoffelröllchen (Wien) 391
Kartoffelſalat, v. Z. 260, 406
Kartoffelſchmarrn 293
Kartoffelſchnee und Birnen (ſächſ.) 358
Kartoffelſchnitz u. Spätzle (Württ.) 375
Kartoffelſtückchen mit (ſächſ.) 362

Seite
Kartoffelſtrudel (Wien) . 393
Kartoffelſuppe, v. Z. 102, 316, 370
Kartoffelſuppe, mit Sojamehl 304
Kartoffelwurſt (oſtpr.) . . 349
Kaſſeler Rippenſpeer . . . 190
Kaſſeler Rippenſpeer, pökeln 701
Kaſtanien als Kompott . . 450
Kaſtanien, deren Zuber. . 239
Kaſtanien, gedämpft, Gemüſe, v. Z. 240
Kaſtanien, glaſiert 239
Kaſtanien m. Schlagrahm 450
Kaſtanienauflauf 446
Kaſtanienbombe 466
Kaſtaniencreme (kalte) v. Z. 449
Kaſtanieneis 465
Kaſtanienfülle zum Geflügel 224
Kaſtanienkonfekt 506
Kaſtanienpüree 239
Kaſtanienpudding 446
Kaſtanientorte, v. Z. . . . 494
Kaſtenkuchen 482
Kaviar, Erläuterung . . 400
Kerbel, Erläuterung . . . 591
Kerbel- oder Sauerampferſuppe 101
Keſſelſtein, Entfernen . . 76
Kirchweihküchle (fränk.) . 328
Kirchweihnudeln 470
Kirſchen, Haltbarm. . . . 639
Kirſchenauflauf 442
Kirſchenkaltſchale, v. Z. 110, 583
Kirſchenpolſter 446
Kirſchenſchmarrn 434
Kirſchenſtrudel (Wien) . . 392
Kirſchpralinen 509
Kirſchſuppe 106
Kirſchtiſchel (Thür.) . . . 369
Kirſchtorte mit 491
Klare Bohnenſuppe (Wien) 383
Klare Suppen mit Einlagen 96
Kleienbrot 503
Kleingebäck 476
Kleintierhaltung . . 782—799

Seite
— Geflügelhaltung . 783—790
— Kaninchenzucht . 797—799
— Schweinehaltung 791—796
— Ziegenhaltung . . 796—797
Kletzenbrot 510
Klieven (Heſſen) 342
Klima des Gartens 734—377
Klöße oder Knödel, Vormerkung, v. Z. 286—291, 327
Klöße auf türkiſche Art . 286
Klopſe, Allgem. und Zubereitung 284
Kloſterkuchen 477
Klump (Weſtf.) 372
Klunkermus (Oſtpr.) . . . 354
Knappkuchen (Weſtf.) . . 374
Kniedla (fränk.), v. Z. . . 327
Knieküchle (fränk.) 328
Knoblauch, Erläuterung . 590
Knoblauchbutter 411
Knoblauchmayonnaiſe . . 544
Knoblauchmilch 586
Knochenbrühe 92
Knödel oder Klöße, Vormerkung, v. Z. . . 286—291
Knödel von Reis 294
Knurrhahn, gedämpft, gekocht 155
Kochfix 87
Kochkäſe (Heſſen) 343
Kochlehre beginnt 89
Kölniſche Muzen 338
Königinſuppe 94
Königsberger Klopſe, v. Z. 284, 285, 349
Königsberger Rinderfleck 348
Königspunſch, kalt 528
Körner- oder Brotfrüchte, Erläuterung 574
Kohl, Haltbarm. 647
Kohlenhydrate der Nahrung 5
Kohlrabi, v. Z. 236
Kohlrabiſuppe 101
Kohlſuppe, Paſſierte (Wien) 383
Kohlſchöberlſuppe (Wien) 381
Kokosmakronen, v. Z. . . 500
Kompoſtanlage des Gartens . . . . 739—740
Kompott, Zucker einſparen 76
Kompotte, Haltbarm. . . 664

Seite
Komteſſeäpfel (Wien) . . 394
Konſervierung . . . . 631—710
— Aufbewahrung 654
— Behälter, Vorbereiten der . . . . 651—652
— Behälter und Geräte, zweckmäßige 649
— Einfüllen 653
— Gemüſe u. Obſt, Vorbereitung von 652
— Öffnen u. Verbrauch der Vorräte 654
— Qualität der Rohmaterialien 649
— Tabelle für Doſenkonſerven 696
— Tabelle für Eier . . . 710
— Tabelle f. Gemüſe 662, 663
— Tabelle für Obſt 658, 659
— Verſchließen d. Doſen 694
— Verwendung v. chem. Zuſätzen 655
— Vorbereitung d. Gläſer und Flaſchen . 651—652
Kopfkißle (fränkiſch) . . 328
Kopfſalat, v. Z. . . . 257, 341
Korn, Erläuterung . . . 576
Koſtform nach Bircher Benner 607
Koſtformen, diätetiſche . 601
Koſtformen, neuzeitliche 601, 606
Koſtverordnungen bei Entfettungskuren 606
Koſtverordnungen bei Maſtkuren . . . . 605—606
Koſtverordnungen bei Obſtipation 603
Koſtverordnungen für Gichtiger 604
Koſtverordnungen für Herzkranke 605
Koſtverordnungen für Nierenkranke 605
Koſtverordnungen für Zuckerkranke 604
Kotelette à la Normandie 204
Krachkuchen 483
Kräuterbutter 411
Kräutereſſig 596
Kräutermayonnaiſe . . . 545

Kräutermilch 586
Kräutermiſchung 596
Kräuteromelette, v. Z. 126
Kräuterſoße, v. Z. 115, 118, 120, 341, 546
Kraftbrühe 92
Krammetsvögel, gebraten 222
Krankenernährung 597—608
Krankenkoſt, leichte 602—603
Krankheitskeime 49
Kranz mit Pfirſichen 498
Kranz v. Sandmaſſe, v. Z. 496—497
Kranz v. Wienermaſſe, v. Z. 498
Kranztorten, v. Z. 495—498
Krapfen v. Reis mit, v. Z. 488—489
Kratzete (Eierhaber), (Bad.) 317
Kraut rotes, Erl. u. Zubereitung 566, 567
Kraut rotes, Rohk. 549
Kraut, Steiriſches, Eintopfgericht (Wien) 387
Kraut weißes, Erläuterung, v. Z. 567
Krautbraten (fränkiſch) 324
Krautfleckerl (Wien) 390
Krautfleiſch, Eintopfgericht (Wien) 386
Krautkopf (fränkiſch) 324
Krautkopf, gefüllt 270
Krautkrapfen (ſchwäb) 313
Krautpudding, v. Z. 270, 324
Krautſalat, v. Z. 260, 327
Krautwickel, v. Z. 269, 324
Krebsbutter, v. Z. 411
Krebſe, Vormerk., v. Z. 164, 165, 400, 611
Krebſe anrichten 615
Krebsfülle zu Geflügel 224
Krebsnaſe, gefüllte 165
Krebsſalat 406
Krebsſoße 114
Krebsſuppe 94
Kren, Meerrettich (fränk.) 327
Kreſſe 257
Kreſſe, Rohkoſt 551
Kreſſeſalat, v. Z. 257
Krevetten 164
Kröſe (Weſtf.) 373
Kroketten aus Paſtinak 272
Kronsbeerenſoße 214
Küchenbalkon 727
Küchenkräuter, Erläut., Haltbarmachung 647
Küchenkräuter, Regeln z. Verwendung 594—596
Küchenmißgeſchicke, ihre Behebung 81—82
Küchentechnik 65—88
Kümmel, Erläut. 591
Kümmelkartoffeln, verſch. Zubereit. 255, 572
Kümmelkoteletten 185
Kümmelkraut 244
Kümmellikör 531
Kürbis, Haltbarm. 645
Kürbisauflauf 444
Kürbisſuppe (Oſtpr.) 348
Kuchen geht nicht aus der Form 82
Kuchen ohne Butter 513
Kuchen, ſitzen gebliebener, ſpeckiger 82
Kuchen ſteriliſieren 646
Kuchen und Kleingebäck (fränk.) 328—330
Kuchenteig rühren 76
Kuheuter, gebacken, v. Z. 201, 325
Kuttelflecke (fränk.) 325

L

Lachs od. Salm, Allgem., v. Z. 147
Lachsbutter 411
Lachs, geräucherter 401
Lachs zu Appetitbrötchen 410
Lachsbaweuſen, Poſeſen (Wien) 389
Lachseier 405
Lachsſchinken, pökeln 701
Lage des Gartens 734—737
Lammbruſt, gefüllte 195
Lammgerichte, Vormerkg. 195
Lammſchlegel mit Sauerampfer 195
Lammſchulter, gefüllte 195
Languſten, Vormerkung, v. Z. 162, 164
Lauch (Porreegemüſe), v. Z. 236
Lauchſuppe 101
Lebensmittel, aufbewahr. 79
Leber, gebacken (Wien) 385
Leber, gedünſtete 595
Leber, geröſtete (Wien) 385
Leber mit Reis 277
Leber, ſauer 199
Leber, Tiroler (Wien) 384
Leberfülle zu Geflügel 223, 224
Leberklößchen (Suppeneinlage) 99
Leberklöße, v. Z. 200
Leberknödel, v. Z. 200, 290
Leberknödelſuppe (Wien) 380
Lebernocken (Suppeneinlage) 99
Leberpain in Aſpik 421
Leberreis 200
Leberreis als Suppeneinlage 99
Leberſchnitten, nie ſalzen 79
Leberſuppe 95
Leberſuppe mit Sojamehl 305
Leberwurſt, gebacken 202
Leberwurſt ſelbſt zubereiten 702, 703
Lebkuchen, v. Z. 704, 705, 510
Lebkuchenherzen 705
Legieren 83
Leichte Krankenkoſt 602—603
Leineweber (Weſtf.) 373
LeipzigerAllerlei-Gemüſe, v. Z. 246, 357
Leipziger Prophetenkuchen 360
Leipziger Zitronentorte 493
Lendenbraten 203
Liebhaber-Bowle 531
Liebſtöckel als Würze, Erläuterung 593
Likör, ſelbſt zubereiten, Grundrezept 531
Likörcreme 452
Lindenblütentee 586
Linſen, Erläut. u. Zub. 554—555
Linſen mit Backpflaumen (ſächſ.) 358, 362
Linſengemüſe, mit, v. Z. 246, 247, 554

Seite

Linſenkoteletten 555
Linſenſalat 555
Linſenſuppe 106
Linzerteig, v. Z. ... 519, 520
Linzertorte, v. Z. (Wien) 395, 519, 520
Löwenzahngemüſe 235
Löwenzahnſalat 258
Lummelbratenſtück 203
Lungenbratenſtück 203
Lungenmus 201
Lungenſtrudelſuppe (Wien) 381

M

Madeiraſoße 119
Madeleines 479
Mäuſe, gebackene 487
Magenſchonkoſt bei Überſäuerung 602
Magenſchonkoſt für Geſchwürkranke 602
Magermilch, kochen 78
Maibowle 530
Mailänder Spezialtopf . 274
Mailänderli 478
Mailänderſalate 262
Mainfiſchle (fränk.) ... 326
Mais, Erläut., Zub. ... 575
Maisauflauf, v. Z. ... 445
Maisſchnitten, gebacken . 296
Majoran, Erläutg. und Verw. 591
Makkaroni 292
Makkaroni mit Schinken 268
Makkaroni mit Tomaten . 292
Makkaronifleiſch (Wien) 387
Makkaronipudding 292
Makkaroniſalat 292
Makrele auf ſpan. Art . 273
Makrelen, gekocht 153
Makrelen mit Sahnenquark 276
Makrelen mit Wein gedämpft 155
Makronen v. Z. 510
Makronenauflauf 443
Makronentorte 499
Malakoffbrot 410
Malzmilch 538
Mandelberge 495

Seite

Mandelbrot 501
Mandelbuſſerl 511
Mandelbutter 545
Mandelbutterzeug 506
Mandelcreme 451
Mandelfruchtmilch 537
Mandelmakronen 500
Mandelmayonnaiſe ... 544
Mandelmilch v. Z. 537, 586
Mandelpudding 441
Mandelſchmarrn 434
Mandelſtollen 514
Mandelzwieback 472
Mangoldgemüſe und -ſtiele 235
Maränen, eingelegte (Oſtpr.) 353
Marillenknödel v. Z. .. 432
Marillentaſcherl v. Z. .. 432
Marinaden 156, 157
Marinieren 544
Marinierter Brathering 156
Mariniertes Gulaſch .. 176
Markklößchen mit Sojamehl 305
Markklößchen (Suppeneinlage) 100
Markttafel f. Fiſche ... 141
Markttafel f. Fleiſch .. 167
Markttafel f. Gemüſe .. 234
Markttafel f. Wild ... 226
Marmeladen, Erläuterung, Haltbarm. 672
Marmeladen, gekocht, Grundrezept 673
Marmeladen mit Opekta oder Frutapekt . 672, 673
Marmeladen, roh gerührte, Sonderrezept 673
Marmorkuchen 483
Marſalaſoße 119
Marzipan v. Z. ... 496, 502
Marzipangebäck 504
Marzipanmaſſe 507
Marzipanplätzchen 501
Maße der Küche 85
Matjesfilet in ſaurer Sahne 277
Matjesheringe ... 155, 400
Maſtkurenkoſtverordnung 605—606
Maſtkurenſpeiſezettel 626—627

Seite

Matroſenpunſch (Grog) . 529
Maultaſchen v. Z. . 281, 376
Mayonnaiſe v. Z. 117, 544, 545
Mayonnaiſe, falſche, v. Z. 117, 545
Mayonnaiſe richtig rühren 77
Mazdaznan-Ernährungslehre .... 607—608
Meerrettich (fränk.) ... 327
Meerrettich mit Schlagrahm, v. Z. . 116, 261, 545
Meerrettich reiben 80
Meerrettichmilch 586
Meerrettichſalate v. Z. . 261
Meerrettichſoße v. Z. 116, 285
Mehlklöße (Hamb.) ... 332
Mehlknödel 290
Mehlſchmarrn 434
Mehlſuppe v. Z. ... 105, 318
Mehlſpeiſen (Wien) 392—394
Mehlſpeiſen anrichten 615—616
Mehlſpeiſen mit Sojamehl .....307—310
Mehlſpeiſen und Süßſpeiſen, Erläut. 580
Melba-Eisbecher 464
Melone, Erläut. .. 461, 582
Melone, gefüllte 266
Melone mit Milch 461
Melonen, Haltbarm. .. 645
Melonenſalat 266
Melonenſoße 583
Melonentorte v. Z. ... 462
Merenken (Meringuen) . 501
Merkmale d. bad. Küche ....314—316
Merlans, gedämpft ... 153
Mettwurſt, Selbſtbereitung 704
Metzelſuppe (fränk.) ... 324
Milch, Erläuterung ... 585
Milch, angebrannte ... 82
Milch friſch erhalten 73—74
Milch, gebackene 438
Milch-Miſchgetränke 537—538
Milch mit Orangen oder Zitronenſaft 586
Milch ohne Waſſer ... 77

Seite
Milch ſauer genießen 74, 296
Milch und Früchte . . . 437
Milch und Rahm 73
Milch, verkehrt 538
Milchbeize 177
Milchbrätlinge v. Z. 570, 571
Milchgelee 437
Milchgrütze 438
Milchkaltſchale 109
Milchnudeln v. Z. 437
Milchrahmſtrudel (Wien) 393
Milchreis v. Z. . . . 363, 437
Milchſpätzle od. Farferl 295
Milchſpeiſen, ſüß v. Z. . . . . 437—439
Milchſulze 438
Milchſuppe, mit, von, v. Z. 108, 296
Milchſuppe, ſaure 297
Milchſuppen mit Sojamehl 304
Milzcrontonſuppe (Wien) 381
Milzſuppe 96
Milzſchnittchen (Wien) . 381
Milzſchnittenſuppe (ſchwäb.) 311
Milzwurſt 202
Mineralſtoffe, Tabelle 22—23
Mineralſtoffe d. Nahrung . . . . . 7—11
Mineſtra, ital. Suppe . . . 101
Mirabellen, Haltbarm. . 641
Mittageſſen, fleiſchlos, v. Z. . . . . 625—626
Mittageſſen i. d. Familie 620
Mittageſſen, verſchiedene (fränk.) 331
Mittelrheiniſche Muzen 339
Mixed Pickles (Sonderrezept, Haltbarm.) . . 667
M. M. Cocktail 534
Möcklein (ſchwäb.) 314
Mockturtelſuppe 96
Mohnfüllen v. Z. 514
Mohngolatſchen 517
Mohnklöße (ſchleſ.) 366
Mohnnudeln 518
Mohnnudelſuppe 347
Mohnſtollen v. Z. 514
Mohnſtriezel (ſchleſ.) . . . 366
Mohnſtrudel 429
Mohntorte 529

Seite
Mohrenköpfe 479
Mokkamilch 538
Morcheln, Erläut. 571
Morcheln, falſche 282
Morchelomelette 137
Morchelſoße 114, 115
Moſaikbrötchen 414
Moſtgulaſch 176
Moſtmax (Abb. z. Saftgewinnung) 678
Mürbeteig v. Z. 477
Mürbeteig m. Sojamehl 308
Müsli 584
Mundtücher, legen 622
Muſcheln, Behandlung, Zub. 160, 161
Muskat-Milch 538
Muzenmändelchen (Heſſ.) 339

N

Nachſpeiſen, kleine, ſüße . . . . 454—458
Nährſtoffbedürfnis des Menſchen . . . . . 15—18
Nährſtoffe, ihre Bedeutung . . . . 3—15
Nährwert der Nahrung 19—33, 52
Nahrung, Aufgaben der 1—3
Nahrung, Bekömmlichkeit der 53
Nahrung, die Verarbeitung im Körper . . . 2—3
Nahrung, ihre Verdaulichkeit 33, 53
Nahrungsbedürfniſſe . . 15
Nahrungsmittel, Behandlung der . . . 65—82
Nahrungsmittel, ihre ſparſame Verarbeitung 60
Nahrungsmittel, Urſache d. Verderbens der 633—635
Natronküchlein 488
Naturſchnitzel (Wien) . . 383
Neſſelrodecreme 448
Neuzeitliche fleiſchloſe Küche, Erläut. . . 539—541
Neuzeitliche Koſtformen 601, 606
Netz, gefüllt 268

Seite
Niedernauer Kartoffeln (Württb.) 377
Nieren, nie ſalzen 79
Nieren, ſauer 200
Nierenkranke, Koſtverordnung 605
Nierenſchnitten 138
Niſſelſalat 257, 258
Norderneyer Beefſteak im Topf 274
Nürnberger Buſſerl . . . 329
Nürnberger Marzipan . 330
Nürnberger Springerle . 330
Nudelauflauf 291
Nudelkrapfen, gefüllt . . 489
Nudelplatz 292
Nudelſchnellgerichte, v. Z. 292
Nudelſchnitten 438
Nudelteig gibt mehr aus 78
Nudelteig (Grundrezept) 97
Nudeln, ausgedünſtete . . 518
Nudeln, v. Z. . . . . 610—611
Nüſſe, Erläuterung . . . 584
Nugats 497
Nußbuſſerl 511
Nußfruchtwurſt 508
Nußklößchen mit Sojamehl 305
Nußkranz, v. Z. . . . 473, 475
Nußlikör 532
Nußnudeln 518
Nußſtrudel 429
Nußtorte 521
Nutzgarten . . . . . 757—767

O

Oberrüben mit Hammelfleiſch (ſchleſ.) 365
Obſt aufbewahren . 688—691
Obſt, Sterilisiertabellen 658—659
Obſt trocknen (dörren) . . 665
Obſtbaumpflege des Gartens . . . . 767—771
Obſteinkauf, z. Haltbarm., Erläuterung . . . 684—687
Obſternte 768
Obſtgelee, richtig einkochen 77
Obſtipation, Koſtverordnung 603

Seite
Obſtkuchen aus Hefeteig . 470
Obſtkuchen mit Streuſel (ſchleſ.) 367
Obſtſalate, v. Z. . . 265—266
Obſtſorten für Weine . . 682
Obſtweine, Bereitg. 682—684
Ochſenaugen, v. Z. . 123, 577
Ochſenfleiſch, Vormerkg., Zubereitung . . . 168—169
Ochſenfleiſch, Bezeichnung der Fleiſchteile 168
Ochſenfleiſch, gekocht, garniert . . . . 168—169
Ochſenfleiſch geſalzen (Pökelfleiſch) 169
Ochſenlende auf ſchwäb. Art 314
Ochſenmaulſalat 264
Ochſenſchwanzſuppe 96
Ochſenzunge, v. Z. . 196, 197
Öl aufbewahren 73
Ölſardinen zu kalten Platten 400
Ofennudeln, fränk. Art . 329
Ofenſchlupfer (Württ.) . . 377
Omelette, Erläuterung . . 579
Omelette mit verſchied. Zutaten 579, 580
Omelette Lorraine 126
Omelette Soufflee 436
Omeletten werden locker und hoch 78
Omeletten mit Sojamehl . 308
Opekta, Grundrezept . . . 672
Orange, Erläuterung 582, 646
Orangeade (Wien) 396
Orangenbowle, v. Z. 530, 531
Orangenchaudeau 449
Orangencreme, v. Z. . . . 451
Orangenei-Sandwichs . . 413
Orangeneiscreme 465
Orangengelee 585
Orangenlikör 532
Orangenlimonade, v. Z. 536, 586
Orangenmarmelade, Sonderrezept 674
Orangenſalat 266
Orangenſoda 533
Orangenſorbet 535
Orangenſpalten und -ſcheiben 451

Seite
Orangenſpeiſe 450
Orangentorte 521
Original Wiener Rezepte 380—396
Oſterbraten (Wien) . . . 388
Oſterbrot 473
Oſterkranz 473
Oſterlamm 484
Oſterſpeiſe 495
Oſtpreuß. Spezialgerichte 347—354

P

Palmbrezel 474
Panadenſuppe 105
Panieren 84
Paprikabutter 411
Paprikakarpfen 145
Paprikakartoffeln (Wien) 392
Paprikaſchnitzel, v. Z. (Wien) 185, 384, 612
Pariſer Auflauf 447
Pariſer Kartoffeln 573
Pariſer Schnitzel 612
Parmeſanreisſuppe (Wien) 380
Paſſieren 83
Paſſiermaſchine „Lottchen", Abb. 104
Paſſierte Kohlſuppe (Wien) 383
Paſten, Erläut., Grundrezept . . . . . . 670—671
Paſtenkonfekt 508
Paſtetchen mit, v. Z. 133—134
Paſtete mit Ragout fin. . 134
Paſteten, Vorm. . 129—132
Paſteten, kleine 133
Paſteten mit Kalbfleiſch- u. Wildfleiſchfülle . . . 133
Paſtetenteig, v. Z. 130
Pellkartoffeln 252
Petersburger Paſtetchen 405
Peterſilie, Erläuterung u. Verwendung 591
Peterſilie, gebackene . . . 272
Peterſilienkartoffeln . . . 255
Peterſilienſoße 114
Peterſilienſuppe 101
Pfälzer Götterſpeiſe . . . 347
Pfälzer Kartoffelſuppe . 345
Pfälzer Soße 346

Seite
Pfälzer Spezialgerichte . . . . . . 345—347
Pfannkuchen, gefüllte . . . 281
Pfannkuchen mit Sojamehl 308
Pfannkuchen oder Omeletten 435
Pfefferkraut 591
Pfefferminztee 586
Pfeffernüſſe, v. Z. 506
Pfeffernüßle (fränk.) . . 329
Pfefferpotthaſt mit Gurken (Weſtf.) 371
Pfirſichbowle 529
Pfirſichkaltſchale 109
Pfirſichſpeiſe 454
Pfirſiche und Aprikoſen, Haltbarm. . . . . 640—641
Pfirſiche auf königl. Art 454
Pfirſiche, gebackene . . . 486
Pfirſiche nach Kardinal . 457
Pfitzauf (Württ.) 377
Pflaumen, Haltbarm. . . 642
Pflaumenſoße 583
Pflege der Pflanzen im Garten 766
Pflege der Sämlinge im Garten . . . . . . 762—763
Pflege des Beerenobſtes im Garten . . . . 772—773
Pickelſteiner 267
Pikanter Kartoffelſalat . 406
Pilaff 174
Pillkuchen (Weſtf.) . . . 373
Pilz-Erläuterung, Allgemeines . . . . . . 249—251
Pilz-Allerlei 252
Pilzfrikandellen 252
Pilzknödel 252
Pilzmus 251
Pilzpaſtetchen 133
Pilzragout 134
Pilzſoße v. Z. . . . 117, 120
Pilzſuppe 101
Pilze, Haltbarm. 646
Pilze, bekannte eßbare . . . . . . 250—251
Pilze, gedämpft 251
Pilze, giftig, Gegenmittel 249
Pimpinelle (Bimbernelle), Erläut. 593

Seite

Plätze (Heſſen) 343
Platte mit belegten Brötchen 409
Plattfiſche, Allgemeines . 153
Pökelfleiſch 169
Pökeln . . . . 353, 700—701
Pökelzunge, zerlegen, anrichten 614
Poſeſen-Lachsbaweuſen (Wien) 389
Poires à la Madeleine 479
Polenta, italieniſch, v. Z. 293, 296, 575
Polentaküchl 581
Polniſche Reſteſpeiſe . . 274
Polniſcher Fiſchſalat . . 265
Polniſcher Kalbsbraten . 180
Polſterzipfel v. Z. 487
Pommes-frites 254
Porreegemüſe 236
Portugieſer Krapfen . . . 489
Portulak als Suppenkraut 592
Pott Hucke (Weſtf.) . . . 373
Poularde v. Z. . . . 212, 213
Pralinenmaſſe 508
Preißelbeeren, Haltbarmachung 644
Preißelbeeren, v. Sonderrezepte 666
Printen 512
Prinzregententorte . . . 490
Profitklößchen z. Suppe 99
Propheten- od. Eierkuchen (Thür.) 370
Puddings . . . . . . 439—441
Punſche, Zubereitung . . 527
Punſcheſſenz 527
Punſchſchnitten 480
Punſchſoße 459
Punſchtorte v. Z. . . 491, 521
Purzeln 488
Puter, Allgem., v. Z. 213, 214

Q

Quark oder Topfen 74
Quarkſuppe 106
Quirlen 84
Quitten (Haltbarm.) . . . 644
Quittenpaſte 507

Seite

R

Radieschen (Rohkoſt) . . 550
Radieschenſalat 259
Räuberſalat 407
Räuchern 701
Räucherzunge, zerlegen, anrichten 614
Ragout, anrichten 615
Ragout, fein für Hohlpaſtete 132
Ragoutfülle zu Geflügel . 223
Rahm, Butter machen von . . . . 73—74
Rahmauflauf, v. Z. . . . 446
Rahmeis, Erläuterung u. Zubereitung 462, 464—465
Rahmkartoffeln (Kartoffelgemüſe) 255, 573
Rahmplätzchen 501
Rahmpudding mit Käſe . 299
Rahmrollen 481
Rahmſchnitzel 184
Rahmſoße (Bechamel) . . 113
Rahmſtrudel 428
Randeinfaſſungen für Appetitbrötchen 410
Rapunzelſalat 258
Rebhuhn, Vormerk., v. Z. 220, 221
Reformationsbrötchen (ſächſ.) 360
Reformauflauf 580
Reformzwieback 581
Reh, Erläuterung, v. Z. 226—228
Rehkoteletten, v. Z. 227, 277
Rehleber, gedämpft . . . 228
Rehleberklöße 228
Rehragout, v. Z. . . 227, 230
Rehrücken 227
Rehſchlegel 226
Rehſchnitten 228
Reineclauden, Haltbarm. 641
Reineclaudenſoße 583
Reinigen des Salates . . 78
Reis auf kaukaſiſche Art . 574
Reis auf Mailänder Art 295
Reis, gebackener, geſchmorter, geſtürzt . . . 294
Reis mit Fleiſchreſten . . 294
Reis mit Geflügelreſten. 295

Seite

Reis mit Pilzen, v. Z. 271, 610
Reis mit verſchiedenen Zutaten 610
Reisauflauf, v. Z. 442, 443, 445
Reisauflauf mit Sojamehl 310
Reisbrei (Milchreis), v. Z. 287, 437
Reisfleiſch, Eintopfgericht (Wien) 386
Reisfülle zu Geflügel . . 225
Reiskohlſuppe (Wien) . . 382
Reiskranz 294
Reispudding 440
Reisſpeiſe, kalte 276
Reisſuppe, v. Z. 98, 104
Remouladenſoße, v. Z. . . 118
Reſteſulze (Hausſchlachten) 703
Reſteverwertung, Vorm. 279—284
Rettich (Rohkoſt) 550
Rettichſalat, v. Z. 258
Rhabarber, Haltbarm. 635—636
Rhabarberauflauf 447
Rhabarbergemüſe 235
Rhabarbergrütze 450
Rhabarberkuchen mit . . . 483
Rhabarberſtrudel (Wien) 392
Rheiniſche Püffertches . . 341
Rheiniſche Suppe 338
Rheiniſcher Salat 135
Rheiniſches Apfelkraut . . 341
Rheiniſches Faſtenragout 336
Riebele-Suppe (Württ.) 97, 375
Rigolen im Garten 737
Rinderbruſt auf Wildbretart, v. Z. 170
Rinderbruſt, gedämpft, gedünſtet 169, 170
Rinderfett auszulaſſen. . 426
Rindfleiſch, gebackenes . . 279
Rindfleiſch mit Zwiebelſoße 279
Rindsbraten 79, 170
Rindsſchnitzel 174
Rindszungen, zerlegen, anrichten 614

Seite
Ringelſpäne 487
Riſotto 271
Roaſtbeef, Vormerk., Zubereitung 171
Roaſtbeef-Platte, v. Z. 402, 408
Roaſtbeef, zerlegen, anrichten 613
Römiſche Paſtetchen . . . 135
Roh gerührte Marmeladen, Sonderrezept . . . 673
Roh gerührtes Gelee, Sonderrezept 675
Rohes Beefſteak (Tartar) 401
Rohkoſt, Erläuterung u. Speiſenzettel . . . 542, 543
Rohkoſt v. Gemüſen 547—551
Rohrnudeln 469
Rollgerſte 576
Rollmops, Zub. 156
Roquefort 405
Roſenkohl, Erläut. 561
Roſenkohl, Rohkoſt . . . 550
Roſenkohlauflauf 271
Roſenkohlgemüſe v. Z. 240, 561, 562
Roſenkranz (Weſtf.) . . . 372
Roſottenwaffeln 485
Roſinenſtollen 513
Roſtbraten v. Z. . . 171, 172
Roſtbraten, eingelegte (Wien) 389
Roſtbraten, gefüllte, gerollte (Wien) 384
Roſtbratwürſte (Thür.) . . 368
Rote Rüben, Gemüſe . . 238
Rote Rüben, Haltbarm. . 646
Rote Rüben, Rohkoſt . . 550
Rote Rüben, Salat v. Z. 259
Rote Rüben, Suppe (Oſtpr.) 347
Rote Grütze mit Vanilleſoße (Hamb.) 332
Rote und weiße Stadtwurſt (fränk.) 323
Rotkohl 244
Rotkraut 549, 566, 567
Rotweinſchaumſoße . . . 459
Rotzunge v. Z. 154
Rouladen eindoſen 706
Rouladentorte 498
Royalſuppe 93
Rüben, weiße (Rohkoſt) . 550
Rübenwurſt (Heſſen) . . 344
Rübleskraut (fränk.) . . 327
Rühreier v. Z. . 122, 123, 317
Rühreier, beſonders ergiebig 78
Rumauflauf 443
Rumgugelhupf 516
Rumtopf, Sonderrezept, Haltbarmachung 669
Ruſſiſche Charlotte . . . 456
Ruſſiſche Creme 452
Ruſſiſche Eier 128
Ruſſiſcher Punſch 529
Ruſſiſcher Salat 263
Ruſſiſcher Spezialtopf . 274

S

Sachertorte v. Z. . 518—519
Sachertorte, echte, falſche (Wien) 394
Sachſen, Landkarte für Spezialgerichte 355
Sächſiſche Kartoffelklöße, gekocht 363
Sächſiſche Oſterfladen . . 360
Sächſiſche Quarkkeulchen . 361
Sächſiſche Spezialgerichte 356—361
Sächſiſche Stolle 359
Sächſiſcher Kartoffelkuchen 361
Sächſiſcher Klops 361
Sächſiſcher Pudding . . . 441
Sächſiſcher Speckkuchen . 363
Sächſiſcher Streuſelkuchen 360
Sächſiſcher Wiegebraten 356
Sächſiſcher Windbeutel . 359
Sächſiſches Beefſteak im Topf 274
Sächſiſches Eintopfgericht 356
Saftbraten 173
Saftgewinnung v. Obſt, Haltbarmachung 674
Saftgollaſch, Wiener . . 384
Sagoauflauf 442
Sagoſpeiſe 437
Sahnenhering (Oſtpr.) . 353
Sahnenſoße (Oſtpr.) . . . 351
Salat, Vormerkung und Zubereitung 257
Salat, grüner, Rohkoſt . 551
Salat von Brunnenkreſſe (Thür.) 369
Salat von Fiſchen v. Z. 264
Salatgemüſe 235
Salatſoße, in der fleiſchloſen Küche 544
Salbei, Erläuterung . . . 593
Salizylzwetſchgen, Sonderrezept, Haltbarm. . 666
Salm, v. Z. 147
Salmplatte mit Mayonnaiſe 402
Salz bei der fleiſchloſen Koſt 543
Salz vor Feuchtigkeit ſchützen 72, 79
Salzbohnen, Haltbarm. . 670
Salzbohnengemüſe 243
Salzburger Nockerl, v. Z. 430—431
Salzburger Nockerl (Wien) 393
Salzheringe, fränkiſch . . 326
Salzheringe, mariniert . 156
Salzkartoffeln 253
Salzſtangen mit Hefe ber. 416
Samenobſt 25
Sandtorte, v. Z. . . 493, 520
Sandwaffeln, v. Z. 485
Sandwichs, Erklärung . . 409
Sandwichs mit Brunnenkreſſe 414
Sardellen zu kalt. Platten 400
Sardellenbutter, v. Z. . . 411
Sardellenſchnitzel 612
Sardellenſoße, v. Z. . . . 114
Sardinenſalat 265
Saucen Béarnaiſe . 115, 120
Sauerampfer als Würze, Erläuterung 594
Sauerampfer, Erläut. . . 564
Sauerampfergemüſe v. Z. 235, 565
Sauerampferſoße 565
Sauerampferſuppe 101
Sauerbraten, v. Z. . 171, 595
Sauerbratenbeize 79
Sauerkirſchen (Weichſel), Haltbarm. 639
Sauerkirſchenſaft 677
Sauerkraut, v. Z. 244, 245, 567

Seite
Sauerkraut (Kohl), Haltbarm. . 647—648, 669—670
Sauerkraut (Rohkoſt) . . 549
Sauerkraut mit Eisbein (Weſtf.) 372
Sauerkraut u. Kartoffelklöße 364
Sauerkrautſalat 262
Saure Kartoffeln 255
Saure Kartoffelſtückchen (ſächſiſch) 362
Saure Kohlſuppe (oſtpr.) 347
Saure Milch 296
Saure Milchbeize 232
Saure Milchſuppe 297
Saure Sülz n. Schwarzwälder Art 318
Saures Fleiſch (fränkiſch) 325
Saures Kartoffelgemüſe . 573
Savarin 472
Seefiſch auf pikante Art (Wien) 388
Seefiſchfrikaſſee, v. Z. . . 155
Seefiſch, gebackener (Wien) 388
Seefiſch, gebratener (Wien) 388
Seefiſche auf dem Gasroſt gebacken 152
Seefiſche, Erläuterung (Markttafel) . 140, 141, 150
Seefiſche, gedünſtet 152
Seefiſche, verlieren den Jodgeruch 77
Seehecht, v. Z. . 150, 151, 152
Seekrabben 400
Seekrabben z. Garnierung 611
Seelachs, v. Z. . 150, 151, 152
Seezunge, v. Z. 154
Sektbowle 531
Sellerie, Haltbarm. . . . 648
Sellerie, gebacken, gebraten 557
Sellerie in verſch. Soßen . 557
Sellerie, Rohkoſt, v. Z. . 548
Selleriegemüſe, v. Z. 236, 237
Sellerieſalat 261
Sellerieſuppe, v. Z. 101
Sellerieſuppe mit Sojamehl 304
Semmelfülle zu Geflügel 223
Semmelklößchen als Suppeneinlage 98
Semmelklöße (ſchleſ.) . . 365
Seite
Semmelkloß im Tuch gekocht 288
Semmelknödel, v. Z. 287, 288
Semmelknödel mit Sojamehl 306
Semmelmehlſuppe 105
Semmelpudding 441
Semmelſchmarrn, v. Z. 293, 434
Semmelſchnitten (arme Ritter), v. Z. . . . 486, 487
Semmeln friſch erhalten . 80
Semmeringer Kirſchtorte 522
Senf, Austrocknen verhindern 81
Senfbutter 411
Senfgurken, Sonderrezept, Haltbarmachung 667
Senfſoße, v. Z. 116, 117, 120
Sherryſoße 119
Silveſter-Punſch 528
Soße . . . . 111—120
Soße Robert 120
Soße von Fruchtgelee und Marmelade 459
Soße zu Gemüſeragout . 546
Soßen, braune . . . 119—120
Soßen, warme und kalte, Vormerkung . . . 111—113
Soßen, weiße (Grundſoße) . . . 113—119
Sojacreme zum Füllen . . 309
Sojakraftmehl, Rezepte . . . . . . 304—310
Soleier 122
Sommerblumen im Garten . . . . . 752—755
Sonntagsküche (Schnellküche), Vormerkung . . 275
Sorbet auf türkiſche Art, v. Z. 536
Sorbet v. verſch. Früchten 535
Sorbets, v. Z. . . . 535—536
Soufflé von Fiſch 284
Spätzle, v. Z. . 291, 317, 376
Spätzle mit Sojamehl . . 307
Spalierobſt im Garten . 771
Spanferkel (fränkiſch) . . 325
Spanferkel zerlegen, anrichten 614
Spaniſche Makkaroni . . 269
Seite
Spaniſche Soße 192
Spaniſcher Glühwein . . 528
Spaniſches Fricco 269
Spargel, Erläuterung . . 241
Spargel, Haltbarmach. . 636
Spargel, Rohkoſt, v. Z. . 547
Spargelgemüſe 241, 553, 554
Spargelſalat, v. Z. . 262, 554
Spargelſuppe 101
Sparkochgeräte im Haushalt . . . . 85—88
Sparragout 175
Speckgrießklöße (Heſſen) . 337
Speckgrießknödelſuppe (Wien) 380
Speckkartoffeln (badiſch) . 318
Speckknödel 288, 611
Speckknödel mit Sojamehl 306
Speckkuchen, v. Z. 329, 353, 370
Speckſoße, v. Z. 117, 119, 319
Speck- und Zwiebelſoße (heſſiſch) 343
Speckwurſt, ſelbſt bereiten 703
Speckzelten (ſchwäb.) . . . 313
Speiſen, angebrannte, verſalzen 76
Speiſenfolge f. Eſſen od. Feſtlichkeiten . . 629—630
Speiſenfolgen, Erläuterungen u. Anregungen 623
Speiſenfolgen für einen Monat . . . . 623—625
Speiſenplan gegen Fettſucht 628
Speiſenreſte, Aufbewahr. 81
Speiſenzettel für fleiſchloſe Küche . . . . 541—542
Speiſenzettel für Rohköſtler 543
Spekulatius, v. Z. 330, 504, 512
Spezialgerichte deutſcher Länder . . . . . 311—396
Spezialplatten in der Garnierung 611, 612
Spickbraten 171
Spicken 85
Spickgans (Oſtpr.) 352
Spickkeulen (Oſtpr.) . . . 353
Spiegeleier, mit, v. Z. 123, 124, 298, 577

Seite
Spinat, Erläut. 560
Spinat, Grundrezept, v. Z. 234, 235
Spinat, Haltbarmachung 642
Spinat, Rohkoſt 549
Spinat auf ital. Art . . . 560
Spinatauflauf mit Kartoffeln 270
Spinatpudding, v. Z. 270, 560
Spinatrolle (Wien) . . . 390
Spinatſuppe 101
Spitzbuben 506
Spreewälder Klöße mit Soße 285
Springerle, v. Z. . . 379, 504
Spritzgebackenes, v. Z. . 503
Spritzglaſur 509
Spritzmayonnaiſe zur Fülle, v. Z. 403
Spritzſtrauben 487
Sülz, geröſtete (Baden) 318
Sülz, ſaure Schwarzwälderart 318
Süße Soßen, v. Z. . 458—460
Süße Suppen . . . . 106—108
Süßmoſt, Fruchtſaft, Erläuterung . . . 676—677
Süßwaſſerfiſche, Erläut., Vorbereit. 139, 140, 143, 144
Sulz mit Allerlei 421
Sulz mit Zunge und Gemüschen 420
Sulz v. Fleiſchreſten 421, 703
Sulzformen mit Einlagen 418
Sulzpreſſack, Selbſtbereit. 703
Sulzreſte, deren Verwend. 703
Sulzſoße, v. Z. . . . 118, 119
Sulzſpeiſen . . . . . 419—421
Sulze (Gelee), Erläut. 674, 675
Sulzen, Klären der 417
Suppe von Frühlingskräutern 103
Suppe von getrockneten Erbſen 106
Suppen, Vormerkung 89—90
Suppen aus Suppenwürfeln, v. Z. 103
Suppen, eingemachte, von Sojamehl 305
Suppen, fränkiſche, v. Z. 326
Suppen, gebundene 103

Seite
Suppen, klare, mit Einlagen . . . . 96—97
Suppen, verſalzen, zu dünn 76, 81
Suppen von, v. Z. 102, 103, 106, 107
Suppen von friſchen Gemüſen 100
Suppen von verſchiedenen Früchten 107
Suppenfleiſch, gebackenes 279
Suppenfleiſch, ſaftiges . . 92
Suppenkrebſe 165
Silveſterpunſch 528
Silveſterſalat 263

Sch

Schalenreis, v. Z. 574
Schalen- und Kruſtentiere 160—166
Schart (Gugelhupf), fränkiſch, v. Z. 328
Schaumkonfekt 504
Schaumſpeiſen mit verſchiedenen Zutaten . . . 455
Schellfiſch, v. Z. 150—152, 320
Scherben (Baden) 322
Schieben in de Panne u. Koffee in de Kanne (Weſtf.) 373
Schikoree (Rohkoſt) 548
Schikoreegemüſe, v. Z. . . 237
Schildkröten, Erläut. . . 165
Schildkröteneier, falſche . 99
Schildkrötenſuppe, falſche 96
Schinken, aufbewahren . . 79
Schinken, gekocht 189
Schinken in Brotteig . . . 189
Schinken in Burgunder . 190
Schinken, zerlegen, anrichten 613
Schinkenauflauf, mit v. Z. 283, 334
Schinkenblumenkohl . . 268
Schinkenbrote, gebacken . 136
Schinkenfleckerl, gebackene (Wien) 389
Schinkenfülle zu, v. Z. 193, 223
Schinkenkartoffeln 269
Schinkenklößchen, Suppeneinlagen 100
Schinkenkroketten 138

Seite
Schinkennudeln 268
Schinkenpaſtete . . . 131, 408
Schinkenplatte, umlegt 403, 408
Schinkenreis 269
Schinkenring (Pfalz) . . . 346
Schinkenſchnitten 138
Schinkenſtrudel, v. Z. . . 281
Schlackwurſt, ſelbſt bereiten 704
Schlagrahm wird ſteif . 78, 80
Schlehen, Haltbarm. . . . 645
Schleie, v. Z. 144, 145
Schleimſuppen, Erläut., v. Z. 103
Schleimſuppen mit Sojamehl 304
Schleſiſche Spezialgerichte 364—367
Schleſiſches Himmelreich . 365
Schlodderkappes m. Blutwurſt (Weſtf.) 372
Schlunz oder Schlichtmus (Oſtpr.) 350
Schmalhanskuchen 482
Schmandheringe (Heſſen) 342
Schmandkartoffeln (Oſtpr.) 349
Schmandkuchen (Heſſen) . 344
Schmandſchinken (Oſtpr.) 350
Schmandwaffeln (Heſſen) 344
Schmankerl, v. Z. 431
Schmorbraten, v. Z. . . . 171
Schmunzelſoße (Oſtpr.) . 350
Schnapsbereitung (Grundrezept) 531
Schnecken, Vorm., v. Z. . 166
Schneckennudeln und Hörnchen 471
Schneeballen (fränk.) . . 328
Schneeſchlagen 84
Schnellgerichte f. Nudeln, v. Z. 292
Schnellkochtöpfe . . . . 86—88
Schnellküche, Vormerk. . 275
Schnittenſuppe (ſchwäb.) 312
Schnittlauch, Erläut. . . . 590
Schnittlauchſoße, v. Z. 116, 546
Schnittſalat 257
Schnitzel, v. Z. 184, 278, 611, 612
Schnitzel Aſtrachan . . . 612

Seite
Schnitzel eindoſen 705
Schnitzel mit ſeinem Ragout 185
Schnitzel nach Holſteiner Art 184, 612
Schöpſenſchlegel auf Wildbretart (Wien) . 385
Schölle Gerſte (Weſtf.) . 371
Schodderſtroh (Oſtpr.) . 354
Schokolade als Getränk . 527
Schokoladenbrezeln ... 502
Schokaladenbuſſerl 511
Schokoladencreme, v. Z. 448, 452, 453
Schokaladencreme mit Sojamehl 310
Schokoladeneis 465
Schokoladenflammeri ... 448
Schokoladenglaſur 505
Schokoladenkrapferl ... 454
Schokoladenmilch 538
Schokoladenmuſcheln ... 512
Schokoladenpudding ... 440
Schokoladenſchaumkonfekt 511
Schokoladenſchnitten ... 455
Schokoladenſoße 458
Schokoladentörtchen ... 502
Schokoladentorte 521
Schollen, v. Z. ... 154, 155
Schüſſelfiſch 160
Schüttelweichſel, Sonderrezept, Haltbarm. ... 666
Schupfnudeln (ſchwäb.) v. Z. 313
Schupfnudeln mit Sojamehl 307
Schwäbiſche Brotſuppe . 312
Schwäbiſche Spezialgerichte ......311—314
Schwäbiſcher Roſtbraten 612
Schwämme (Pilze) Allgemeines 249, 250
Schwämme, giftige, Gegenmittel 249
Schwärtelbraten (ſchleſ.) 364
Schwammklößchenſuppe . 98
Schwarzbrot mit Spiegeleier (Weſtf.) 373
Schwarzbrotpudding .. 440
Schwarzer Schmarrn .. 435
Schwarzer Magiſter (Heſſen) 340

Seite
Schwarzwälder Bauernbratwurſt 319
Schwarzwälder Kirſchtorte 499
Schwarzwurzeln, Allgem., v. Z. 242, 557, 558
Schwarzwurzeln au gratin 558
Schwarzwurzeln, Rohkoſt 550
Schwarzwurzelpudding . 558
Schwedenfrüchte, v. Z. 265, 278
Schwedenplatte, bürgerliche 407
Schwediſches Eis 537
Schwemmklößchen mit Sojamehl 305
Schweinebraten, v. Z. 187, 188, 596
Schweinefett auszulaſſen 426
Schweinefleiſch, Vormerkung, Fleiſchteil 186
Schweinefleiſch einzuſalzen 189
Schweinefleiſch, grünes, gekochtes 187
Schweinehaltung ..791—796
Schweinemagen, gefüllter (pfälz.) 267
Schweinepfeffer 188
Schweineragout 188
Schweineſchlegel (Feſtbraten) 187
Schweinsfilet, geſpickt .. 190
Schweinskarree 188
Schweinsknochen od. Eisbein, v. Z...... 361, 362
Schweinskoteletten, v. Z. 190, 204, 612
Schweinsrollen 191
Schweinsſchlegel 203
Schweinsſchlegel im Brotteig 188
Schweinsplatte, v. Z. 402, 408
Schweinsſchnitzel 190
Schlemmklößchen mit Sojamehl 305

St

Stachelbeere, Erläut.... 582
Stachelbeeren, Haltbarm. 637

Seite
Stachelbeerſaft 677
Stachys als Salat, Erläut. 568
Stachys, in, mit, v. Z. .. 569
Stachyspaſtete 569
Stangenſellerie, gebacken . 557
Stauden im Garten . 747—750
Stefanie-Roſtbraten ... 612
Steinbutt, gekocht 154
Steinkuchen (Heſſen) ... 344
Steinpilze, gedämpft .. 251
Steinpilzhaſchee 126
Steiriſches Kraut, Eintopfgericht (Wien) ... 387
Steiriſches Wurzelfleiſch, Eintopfgericht (Wien) . 387
Steriliſieren, Erläut. .. 656
Steriliſieren von Fleiſch in Gläſern 694
Steriliſieren v. Früchten 657
Steriliſieren v. Gemüſen 661—664
Steriliſiererſatzverfahren 706
Steriliſiertabelle für Doſenkonſerven 696
Steriliſiertabelle für Gemüſe ....662—663
Steriliſiertabelle für Obſt 658—659
Stielgemüſe (fränkiſch) . 327
Stielmus mit Schweinefleiſch (Weſtf.) 372
Stinte, in Eſſig u. Speck zu (Oſtpr.) 354
Stockfiſch (fränkiſch) ... 326
Stockfiſch, gekocht 153
Stockfiſch mit Schoten (ſächſiſch) 263
Stollen ohne Hefe 513
Sträubchen (badiſch) ... 322
Strauben 479
Streichleberwurſt, ſelbſt bereiten 703
Streuſelkuchen, v. Z. 366, 517
Strömlinge, gebraten, mariniert 353
Strohkartoffeln (Pommes frites) 254
Strünkchengemüſe (Heſſen) 342
Struwen (Weſtf.) 374

Seite

T

Tabelle über Eiweiß, Fett uſw. 8, 9
Tabelle über Mineralſtoffe 22, 23
Tabelle über Vitamine 12, 13
Tartar-Beefſteak . . 401, 409
Tartarenſoße 118
Taubeerlikör 533
Tauben auf Rebhuhnart . 215
Tauben auf Wildbretart . 215
Tauben, gebacken 214
Tauben, gebraten 214
Tauben, gedämpft 214
Tauben, gefüllt 214
Tauben, geſpickt und gefüllt 210
Tauben nach Frühlingsart 215
Tauben, zerlegen, anrichten 614
Tee, Aufbewahrung . . . 527
Tee, Erläuterung 526
Tee, Flip 534
Tee, Zubereitung 526
Teeblätter 481
Teecreme 452
Teegebäck 477
Teekuchen 494
Teeprüfung 526
Teeſorten 526
Teeſurrogate 526
Teltower Rüben, braun . 239
Thüringer Kartoffelklöße 368
Thüringer Klöße 289
Thüringer Obſtkuchen . . 369
Thüringer Spezialgerichte . . . . . . 367—370
Thunfiſch, mariniert . . . 401
Thymian, Erläut. 593
Tiroler Geröſtel (Wien) . 391
Tiroler Knödel (Wien) . 391
Tiroler Leber (Wien) . . 384
Tirolerſchöberlſuppe (Wien) 381
Tiſch decken u. Servieren 618—622
Tiſchgetränke, verſchied. . 616
Tomate, Erläut. . . 248, 558
Tomate, gefüllt, mit, v. Z. . . . 135, 249, 321, 559

Seite

Tomate, Querſchn., Abb. . 42
Tomaten, Haltbarm. 643, 670
Tomaten (Rohkoſt) . . . 550
Tomaten, auf Kapuzinerart 405
Tomaten, gebacken 560
Tomaten mit Ölſardinen 248
Tomaten mit Roquefort 405
Tomaten mit Schinkencreme 248
Tomaten mit Tartar, v. Z. 248
Tomaten mit verſchiedenen Füllungen 136
Tomatenauflauf 249
Tomateneier im Reiskranz 294
Tomateneierkuchen 126
Tomatengemüſe, v. Z. 559, 560
Tomatenreis 271
Tomatenſalat, v. Z. . . . 259
Tomatenſoße, v. Z. 114, 285, 545, 547
Tomatenſuppe, v. Z. . . . 102
Tomatentorte 248
Tomatenvorgericht . . . 276
Topfbraten (Thür.) . . . 368
Topfen (Quark) bereiten 74
Topfen als Brotaufſtrich 303
Topfen als Fülle zu Hefen- oder Butterteig 439
Topfen mit Erdbeeren . 439
Topfen mit Gurken und gelben Rüben 303
Topfen mit Rettichen . . 303
Topfen mit Tomaten . . 303
Topfengolatſchen 517
Topfenknödel, v. Z. 289, 302, 433
Topfenkuchen 516
Topfennockerln 302
Topfennudeln, v. Z. 303, 312
Topfenomelette 436
Topfenſchmarrn 431
Topfenſpeiſen, v. Z. 303, 437—439
Topfenſtrudel, v. Z. (Wien) 392, 428, 439
Topfentorte (Wien) 396, 493
Topfpflanzen und ihre Pflege . . . . . 715—724
Torte in Springform . . 82

Seite

Torten (Wien) . . . 394—396
Torten, verſchicken 81
Tortenkränze, v. Z. . 495—498
Tournido 126
Träubleskuchen (Württ.) 378
Traubenſaft 677
Trockenmauer im Garten 750—752
Trüffel als Gewürz und Rezepte 571, 572
Trüffelfülle, v. Z., zu Geflügel 224
Trüffelſoße 572
Trüffeln, falſche 511
Truthahn, Allgem., v. Z. 213
Türkiſche Krapferl 490
Türkiſcher Reis 295
Türkiſcher Reisauflauf . . 445
Türkiſches Schnitzel . . . 612
Tutti Frutti 448, 669

U

Ulmer Brot 474
Umlegte Platten, Vorm. . 399
Ungariſch Gulaſch 174
Ungariſche Klöße mit Tomatenſoße 285
Ungariſcher Karpfen . . . 145
Unkraut im Garten . . . 766

V

Vanilleauflauf 442
Vanillebuſſerl 511
Vanillecreme, v. Z. 452, 453
Vanillecremeſoße 460
Vanilleeis 461
Vanillehörnchen 503
Vanillekirſchen, Sonderrezept, Haltbarm. . . . 666
Vanillelikör 532
Vanilleſoße, v. Z. . . 332, 458
Vegetarier-Küchlein (Pilze) 252
Vegetariſche Brötchen, v. Z. 543, 544
Vegetariſche Schnitzel u. Bratlinge m. Sojamehl 307
Vegetariſches Ragout . . 135
Verdaulichkeit der Nahrung . . . . 33—44, 53

Seite
Verderben d. Nahrungsmittel, Urſache . . 633—635
Verlorene Eier 578
Verwendung von Knödel- und Fleiſchreſten 290, 414
Vierfruchtkuchen 522
Vitamine, Tabelle . . 12—15
Vogelſchütz im Garten . 771
Vogtländiſche Klöße . . . 363
Vol au vent, Frascati . 132
Vorbereitung zum Schlachten 699
Vorgerichte . . . . . 133—138
Vorratsbereitung d. die Hausfrau . . . . . 631—710
Vorratsbereitung, Haltbarm., Erläut. . . 631—633
Vorratsbereitung, Grundbedingung 648—655
Vorratsbereitung, Aufbewahrung u. Pflege . 654
Vorratsbereitung, Einfüllen 653
Vorratsbereitung, Kontrolle der Vorräte . . . 654
Vorratsbereitung, Öffnen u. Verbrauch des Vorrats . . . . . 654—655
Vorratsbereitung, Qualität d. Rohmaterials 649
Vorratsbereitung, Verſchließen der Gläſer 653—654
Vorratsbereitung, Verwendung von chemiſch. Zuſätzen u. Farbmitteln 655
Vorratsbereitung, Vorbereitung von Obſt und Gemüſe . . . . . . 652—653
Vorratsbereitung, zweckmäßige Geräte u. Behälter . . . . 649—651
Vorſpeiſen u. Beilagen (Wien) . . . . . . 390—392
Vorteile des Steriliſierverfahrens 656

W

Wachauertorte (Wien) . 395
Wacholderbeeren, Erläuterung, Verwendung . 594

Seite
Waffelgebäck, v. Z. 484, 485
Waffeln, feine, v. Z. . . 485
Waffeln (Württ.) 378
Walderdbeeren, Erläut. . 582
Walderdbeeren, Haltbarmachung 637
Waldmeiſter-Bowle, v. Z. 530, 586
Waldmeiſter-Soße 459
Waliſer Käſebrote . . . 136
Walldürner Honigkuchen . 319
Walldürner Springerle . 319
Walnüſſe, Haltbarm. . . 640
Walnüſſe in Eſſig und Zucker, Sonderrezept . 667
Warmbier, v. Z. . . 345, 357
Warme Apfelſpeiſe . . . 277
Warſchauer Beefſteak im Topf 274
Warſchauer Salat 263
Waſſer als Nährſtoff . . 11
Waſſereis, Erläut. 462
Waſſermarzipan (fränk.) 330
Waſſernocken 611
Waſſerſuppen 104
Weckewerk (Heſſen) . . . 343
Weichſel (Bauernkirſchen), Haltbarm. . . . 639
Weichſellikör 532
Weihnachtsgebäck . . 500—514
Weihnachtsſchnittchen (Thür.) 370
Weihnachtsſtollen, v. Z. 512, 513
Weinbeerenauflauf 461
Weinbeerfülle z. Geflügel 224
Weinbeerkuchen, v. Z. 460, 461
Weinbeerſuppe 460
Weinbeertorte 460
Weinbeize 177
Weincreme mit Kirſchen . 450
Weingelee 522
Weinpunſch 528
Weinſchaumſoße 460
Weinſoße, v. Z. 458
Weinſteinſäfte, Haltbarm. 681
Weinſuppen, v. Z. 107
Weintraube, ihre Güte und Verwendung . . . 460
Weintrauben, ausgebackene 461
Weintrauben friſch erhalten 71

Seite
Weintraubenſalat 461
Weißbierſuppe 107
Weiße Grundſoße 113
Weiße Lebkuchen, v. Z. 329, 510
Weiße Pfeffernüſſe . . . 506
Weiße Rüben auf Pfälzer Art, v. Z. . . . 237, 345
Weiße Rübengemüſe, v. Z. 237, 239, 555
Weißer Käſe (Pfalz) . . . 346
Weißfiſche 144
Weißkäſe mit Früchten . 278
Weißkrautgemüſe, v. Z. 243, 244, 567
Weißkraut-Rohkoſt . . . 549
Weizen, Weizenflocken, Erläuterung 576
Welſchhahn, Allgem., v. Z. 213
Weſtfäliſche Speiſe 373
Weſtfäliſcher Pudding, gefrorener 374
Weſtfäliſcher Streuſelkuchen 374
Wiener Auflauf 443
Wiener Faſchingskrapfen, v. Z. (Wien) . . . 393, 517
Wiener Gebäck . . . 515—522
Wiener Gröſtl 282
Wiener Gugelhupf 515
Wiener Gulaſch, Erläut., Zub. . . . . 175—176
Wiener Kalbsbeuſchel . . 386
Wiener Klöße 285
Wiener Konfekt 510
Wiener Mehlſpeiſen, Erläut. 427
Wiener Rezepte, Original . . . . 380—396
Wiener Saftgollaſch . . . 384
Wiener Schnitzel, v. Z. 184, 383, 611
Wiener Schnitzel, Garnierung 611
Wiener Strudel, Erläut., Zub. 427, 428
Wiener Torten . . . 518—522
Wiener Zwetſchgenknödel, v. Z. . . . . 431—432
Wild, Vormerk., Markttafel 225, 226

Wildbretgeſchmack, mildern 79
Wildente 222
Wildfleiſchreſte, deren Verwertung 230
Wildgeflügel, Vormerk. . 220
Wildgeflügel zerlegen, anrichten 614
Wildgollaſch (Wien) . . . 385
Wildhaſchee 230
Wildkroketten 138
Wildpaſtete 131
Wildpaſtetenplatte 408
Wildſchnitten 231
Wildſchnitten Cumberland 405
Wildſuppe oder Haſchee 96, 239
Wildſchwein, Erläut., v. Z. . . . . 230—232
Wildſchwein, gebr., ged. 230, 231
Wildſchweinbraten . . . 231
Wildſchweinfiletbraten . 231
Wildſchweinkopf zerlegen, anrichten 614
Wildſchweinkoteletten 230, 232
Wildſchweinſchnitzel nach Jägerart 231
Wilde Champignons . . . 571
Windbeutel, Brandteig . 479
Windbeutel, v. Z. . 455, 479
Winterkohlgemüſe 235
Wirſing, Erläut. 562
Wirſing, Rohkoſt 549
Wirſinggemüſe 243, 244, 562
Wirſingpudding 270
Wirſingſuppe 101
Wirtſchaft u. Ernährung 54—63
Wochenendgarten 774
Wochenſpeiſezettel, fleiſchloſer . . . . 625—626
Württemberger Spezialgerichte . . . . . . 375—379
Würzmittel, Erläut. . . . 587
Würzſtoffverwendungstabelle . . . . 588—589
Wurſt, angeſchnittene, aufbewahren 79
Wurſtbereitung, Regeln und Rezepte . . . 701—704
Wurſt mit Muſik (fränk.) 323
Wurſtplatte 404
Wurzelbeize, v. Z. . 177, 232
Wurzelbrühe 96
Wurzelfleiſch, Steiriſches (Wien) 387
Wurzelſchnitten 595
Wurzelſoße 120
Wurzelſuppe mit Sojamehl 304

Y

Yoghurt 585

Z

Zander, v. Z. 145, 146
Zauberglocke 87
Zedernbrot 512
Zellſtoff 6
Zeppelinkartoffeln 254
Zerlegen und Anrichten von Fleiſch, Fiſch und Geflügel . . . . . 612—615
Zervelatwurſt, ſelbſt bereiten 704
Zickel, gebraten 195
Ziegenhaltung . . . 796—797
Ziergarten 742
Zigeunernudeln 436
Zimtkuchen 471
Zimtmilch 538
Zimtſterne, v. Z. . . 379, 501
Zimtwaffeln 503
Zitrone mit Milch 535
Zitronen, Erläut. 581
Zitronen, Haltbarm. . . . 645
Zitronen, gebrauchte, ausnützen 76
Zitronenkaltſchale, v. Z. 108, 535
Zitronenauflauf 442
Zitronenbowle 530
Zitronenbutter für Sandwichs 413
Zitronenchaudeau 535
Zitronencreme 276
Zitronengetränke . . 534, 535
Zitronenkräutergurken, Sonderrezept 664
Zitronenlaiberl 504
Zitronenlimonade, v. Z. . 534
Zitronenmeliſſe, Erläut. 592—593
Zitronenmilch 538
Zitronenrahmeis 465
Zitronenſoda 534
Zitronenſoße 546
Zitronentee 534
Zodderklops (Oſtpr.) . . . 349
Zopf (Hefekranz) 470
Zucker bei der fleiſchloſen Koſt 543
Zucker vor Feuchtigkeit ſchützen 72
Zucker zur Vorratsber. . 671
Zuckererbſen 238
Zuckerkranke, Koſtverordnung für 604
Zuckerkuchen 471
Zuckerloſe Früchtekonſervierung 655
Zuckerwerk 504
Zunge, geräuchert, gekocht 196
Zunge in Kapernſoße . . 197
Zunge mit Sulz 197
Zunge und Apfelbrötchen 413
Zungenragout 197
Zupfkuchen (fränk.) 331
Zuſammenſt. für das kalte Büfett, Vormerk. 404—407
Zwetſchgen, Haltbarm. . . 642
Zwetſchgen, gebackene . . . 486
Zwetſchgen im Schlafrock 433
Zwetſchgenbaveſen 486
Zwetſchgentaſcherl, v. Z. 432
Zwieback 472
Zwiebel, Erläut. 565, 587, 590
Zwiebel ſchneiden 77
Zwiebeln als Gemüſe . . 566
Zwiebeln, deren Verwendung 565
Zwiebeln, gefüllt, v. Z. 245, 565
Zwiebeln, glaſiert 245
Zwiebeln mit feinen jungen Erbſen 565
Zwiebelfleiſch (fränkiſch) . 326
Zwiebelgemüſe 245
Zwiebelkuchen, v. Z. 322, 329, 375, 475, 476
Zwiebelſoße, v. Z. 114, 119, 343
Zwiebelſuppe 105

Notizen